

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

РусСоцКапитал

Савельева И.Б.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
5 ноября 2020 г.



Завтрак I с 1,5-3 лет

Каша жидкая на молоке (гречневая)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
4,28	5,68	15,22	129,072	120

Крупа Гречневая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное

Чай с сахаром

		7,49	29,97	150
--	--	------	-------	-----

Чай черный весовой, Сахар-песок

Масло коровьесладкосливочное несоленое

0,08	8,25	0,08	74,89	10
------	------	------	-------	----

Масло сливочное шт

Хлеб из муки пшеничной первого сорта

1,6	0,6	10	51,8	20
-----	-----	----	------	----

Хлеб пшеничный в нарезке

Завтрак II с 1,5-3 лет

Плоды и ягоды свежие (Апельсин)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
0,855	0,19	7,695	35,91	95

Апельсин

Обед 1,5-3 лет

Салат из помидоров с растительным маслом

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
0,288	4,548	1,02	46,149	30

Помидоры, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль

Суп из овощей на мясном бульоне

1,703	3,77	8,684	75,491	130
-------	------	-------	--------	-----

Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Горошек зеленый б/з, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сметана, Масло растительное, Соль

Запеканка картофельная с мясом отварным

14,67	14,13	26,531	291,945	150
-------	-------	--------	---------	-----

Говядина котлетная часть с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль

Кисель из клюквы быстрозамороженной

0,045	0,015	18,075	72,585	150
-------	-------	--------	--------	-----

Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок

Хлеб из муки пшеничной первого сорта

1,6	0,6	10	51,8	20
-----	-----	----	------	----

Хлеб пшеничный в нарезке

Хлеб ржано-пшеничной

1,32	0,22	8,2	40,06	20
------	------	-----	-------	----

Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Полдник 1,5-3 лет

Каша пшеничная молочная

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
3,89	3,65	20,13	128,94	100

Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль

Булочка Городская

2,45	2,11	14,79	87,909	30
------	------	-------	--------	----

Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное

Йогурт питьевой фруктовый

3,92	3,78	14,28	106,82	140
------	------	-------	--------	-----

Йогурт питьевой фруктовый

Вода питьевая детская (на весь день) 1,5-3 лет

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
				100

Вода питьевая детская

Вода питьевая детская

Завтрак I с 3-7 лет

Каша жидкая на молоке (гречневая)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
6,421	8,51	22,829	193,608	180

Крупа Гречневая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное

Чай с сахаром

		9,99	39,96	200
--	--	------	-------	-----

Чай черный весовой, Сахар-песок

Масло коровьесладкосливочное несоленое

0,08	8,25	0,08	74,89	10
------	------	------	-------	----

Масло сливочное шт

Хлеб из муки пшеничной первого сорта

1,6	0,6	10	51,8	20
-----	-----	----	------	----

Хлеб пшеничный в нарезке

Завтрак II с 3-7 лет

Плоды и ягоды свежие (Апельсин)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
0,9	0,2	8,1	37,8	100

Апельсин

Обед 3-7 лет**Салат из помидоров с растительным маслом**

Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль

Суп из овощей на мясном бульоне

Белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Горошек зеленый б/з, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сметана, Масло растительное, Соль

Запеканка картофельная с мясом отварным

Говядина котлетная часть с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль

Кисель из клюквы быстрозамороженной

Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок

Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Хлеб пшеничный в нарезке

Хлеб ржано-пшеничной

Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

	5,8			
	16,951	31,84	350,334	180
0,06	0,02	24,1	96,78	200
1,6	0,6	10	51,8	20
1,32	0,22	8,2	40,06	20

Полдник 3-7 лет**Каша пшенная молочная**

Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль

Булочка Городская

Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное

Ряженка

Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
4,67	4,38	24,15	154,728	120
2,45	2,11	14,79	87,909	30
6,24	4	6,72	87,84	160

Ужин 3-7 лет**Капуста, тушенная с мясом**

Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф

Печенье**Масло коровье сладкосливочное несоленое**

Масло сливочное шт

Напиток из плодов сухих (изюм)

Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм

Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
5,86	8,42	13,84	154,52	200
1,46	3,58	18,42	111,74	20
0,08	8,25	0,08	74,89	10
0,28	0,06	21,88	89,18	200
1,6	0,6	10	51,8	20

Вода питьевая детская (на весь день) 3-7 лет**Вода питьевая детская**

Вода питьевая детская

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
				200

Примечание: По желанию родителей на полдник может выдаваться "Чай с сахаром"