

СОГЛАСОВАНО

Ф.И.О.

0808

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

РусСоцКапитал

Савельева И.Б.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

1 ноября 2019 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
3,67	5,57	17,19	133,608	120	Завтрак I с 1,5-3 лет
					Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)
		7,49	29,97	150	Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Чай с сахаром
					Чай черный весовой, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Масло коровьесладкосливочное несоленое
					Масло сливочное шт
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
					Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,855	0,19	7,695	35,91	95	Завтрак II с 1,5-3 лет
					Плоды и ягоды свежие (Апельсин)
					Апельсин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,375	1,644	2,61	26,727	30	Обед 1,5-3 лет
					Икра из уваренных кабачков
					Кабачки б/з, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Соль
1,37	3,32	7,21	64,168	130	Суп крестьянский с крупой (крупка перловая)
					Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
12,70 1	6,3	19,29	184,605	150	Рыба, запеченная с картофелем, по русски
					Картофель свежий, Рыба филе Минтая б/к с/м, Соль, Масло растительное, Сухари панировочные, Молоко, Мука пшеничная
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый
					Сок мультифрукт шт (0,2 л) ДП
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта
					Хлеб пшеничный в нарезке
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
3,62	3,77	21,24	133,376	80	Полдник 1,5-3 лет
					Пудинг маннй
					Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана
0,029	0,002	3,278	13,24	5	Соус абрикосовый
					Курага, Сахар-песок
4,2	4,48	5,6	79,52	140	Кефир
					Кефир

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
				100	Вода питьевая детская (на весь день) 1,5-3 лет
					Вода питьевая детская
					Вода питьевая детская

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
5,501	8,359	25,78	200,412	180	Завтрак I с 3-7 лет
					Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)
		9,99	39,96	200	Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Чай с сахаром
					Чай черный весовой, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Масло коровьесладкосливочное несоленое
					Масло сливочное шт
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
					Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,9	0,2	8,1	37,8	100	Завтрак II с 3-7 лет
					Плоды и ягоды свежие (Апельсин)
					Апельсин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед 3-7 лет
0,75	3,288	5,22	53,454	60	Икра из уваренных кабачков Кабачки б/з, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Соль
2,1	5,11	11,09	98,72	200	Суп крестьянский с крупой (крупка перловая) Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
15,24 1	7,549	23,141	221,526	180	Рыба, запеченная с картофелем, по русски Картофель свежий, Рыба филе Минтая б/к с/м, Соль, Масло растительное, Сухари панировочные, Молоко, Мука пшеничная
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый Сок мультифрукт
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничной Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Полдник 3-7 лет
4,52	4,72	26,55	166,72	100	Пудинг манный Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана
0,029	0,002	3,278	13,24	5	Соус абрикосовый Курага, Сахар-песок
4,64	5,12	6,4	90,88	160	Кефир Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 3-7 лет
0,33	0,06	1,14	6,42	30	Помидоры свежие Помидоры
16,9	15,55	22,89	299,12	200	Рагу из мяса птицы Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное
0,46	0,15	29,11	119,62	200	Напиток витаминный Шиповник, Сахар-песок, Изюм
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Вода питьевая детская (на весь день) 3-7 лет
				200	Вода питьевая детская Вода питьевая детская

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

