

СОГЛАСОВАНО

1351

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор
РусСоцКапитал
Савельева И.Б.

МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
18 сентября 2019 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак I с 1,5-3 лет					
3,67	5,57	17,19	133,608	120	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
4,5	5,7	0,7	72	40	Омлет с сыром запеченный Яйцо диетическое, Молоко, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло сливочное
		7,49	29,97	150	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок
0,16	0,02	16,2	65,2	20	Зефир
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке
Завтрак II с 1,5-3 лет					
0,2	0,2	4,9	22,2	50	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко) Яблоки свежие
Обед 1,5-3 лет					
0,48	3,057	2,73	40,335	30	Винегрет Картофель свежий, Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота
3,492	2,676	8,988	74,052	120	Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного Хлеб пшеничный в нарезке
13,67	3,35	2,94	96,551	70	Рыба (филе) запеченная Рыба филе Минтая б/к с/м, Мука пшеничная, Масло растительное, Соль
1,8	1,7	11,7	69,7	50	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло растительное
0,09	0,09	17,19	69,93	150	Компот из плодов свежих (яблоки) Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
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
Полдник 1,5-3 лет					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Оладьи Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло Повидло (джем) яблочное
4,34	4,48	6,58	83,44	140	Молоко ультрапастеризованное Молоко шт (0,2 л)
Вода питьевая детская (на весь день) 1,5-3 лет					
				100	Вода питьевая детская Вода питьевая детская

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак I с 3-7 лет					
Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)					
5,501	8,359	25,78	200,412	180	Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
Омлет с сыром запеченный					
5,6	7,1	0,8	90	50	Яйцо диетическое, Молоко, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло сливочное
Чай с сахаром					
		9,99	39,96	200	Чай черный весовой, Сахар-песок
Зефир					
0,16	0,02	16,2	65,2	20	
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак II с 3-7 лет					
Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)					
0,32	0,32	7,84	35,52	80	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед 3-7 лет					
Винегрет					
0,96	6,114	5,46	80,67	60	Картофель свежий, Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота
Суп картофельный с бобовыми (горох)					
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
Сухарики из хлеба пшеничного					
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Хлеб пшеничный в нарезке
Рыба (филе) запеченная					
13,67	3,35	2,94	96,551	70	Рыба филе Минтая б/к с/м, Мука пшеничная, Масло растительное, Соль
Изделия макаронные отварные					
6,6	6,2	42,3	251	180	Макаронные изделия, Соль, Масло растительное
Сок фруктовый					
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок яблочный-абрикос
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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник 3-7 лет					
Оладьи					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
Повидло					
		3,3	13,2	5	Повидло (жем) яблочное
Молоко ультрапастеризованное					
4,8	5,12	7,52	95,36	160	Молоко

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 3-7 лет					
Котлеты рубленные из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным					
6,13	5,64	5,82	98,535	50	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль
Каша гречневая рассыпчатая					
7,56	7,38	34,218	233,46	180	Крупа Гречневая, Соль, Масло растительное
Кисель абрикосовый					
0,52	0,04	19,2	79,14	200	Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

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

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

Главный технолог _____

Зав. производством _____

