

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1948

Ф.И.О.



## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

2 сентября 2020 г.

| Белки                              | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|------------------------------------|------|----------|---------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС</b> |      |          |         |          |   |
| 3,67                               | 5,57 | 17,19    | 133,608 | 120      | <b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b><br>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| 2,75                               | 2,61 | 10,97    | 78,39   | 150      | <b>Какао на молоке</b><br>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко  |
| 0,08                               | 8,25 | 0,08     | 74,89   | 10       | <b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное шт   |
| 1,6                                | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |

| Белки                              | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|------------------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3 ДС</b> |      |          |        |          |   |
| 0,2                                | 0,15 | 5,15     | 22,75  | 50       | <b>Плоды и ягоды свежие (Груша)</b><br>Груши свежие |

| Белки                         | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|-------------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед (ясли) с 1,5-3 ДС</b> |       |          |         |          |   |
| 0,49                          | 3,03  | 2,89     | 40,749  | 30       | <b>Салат из капусты с растительным маслом</b><br>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль   |
| 1,066                         | 1,976 | 6,578    | 48,308  | 130      | <b>Борщ с капустой и картофелем</b><br>Свекла свежая очищенная п/ф, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло растительное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота |
| 11,65                         | 10,74 | 9,41     | 180,915 | 70       | <b>Биточки рубленые куриные</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное   |
| 0,87                          | 2,58  | 5,85     | 50,035  | 50       | <b>Рагу из овощей</b><br>Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль                   |
| 0,75                          | 0,15  | 15,15    | 64,95   | 150      | <b>Сок фруктовый</b><br>Сок яблочно-абрикосовый шт (0,2 л)  |
| 1,6                           | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |
| 1,32                          | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |

| Белки                            | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|----------------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Полдник (ясли) с 1,5-3 ДС</b> |      |          |        |          |  |
| 14,49                            | 8,26 | 37       | 280,32 | 100      | <b>Сырники по-киевски</b><br>Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Соль, Ванилин, Повидло (жем) яблочное, Сухари панировочные, Масло сливочное |
| 4,2                              | 4,48 | 5,6      | 79,52  | 140      | <b>Биокефир</b><br>Биокефир 200гр шт   |

| Белки   | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|---|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Вода питьевая детская (на весь день) 1,5-3</b> |      |          |        |          |   |
|   |      |          |        | 100      | <b>Вода питьевая детская</b><br>Вода питьевая детская |

| Белки                     | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|---------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 с 3-7 ДС</b> |       |          |         |          |   |
| 5,501                     | 8,359 | 25,78    | 200,412 | 180      | <b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b><br>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| 3,67                      | 3,48  | 14,63    | 104,52  | 200      | <b>Какао на молоке</b><br>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко  |
| 0,08                      | 8,25  | 0,08     | 74,89   | 10       | <b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное шт   |
| 1,6                       | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |

| Белки                     | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|---------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Завтрак 2 с 3-7 ДС</b> |      |          |        |          |   |
| 0,2                       | 0,15 | 5,15     | 22,75  | 50       | <b>Плоды и ягоды свежие (Груша)</b><br>Груши свежие |

| Белки                | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|----------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед с 3-7 ДС</b> |       |          |         |          |   |
| 0,98                 | 6,05  | 5,78     | 81,498  | 60       | <b>Салат из капусты с растительным маслом</b><br>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль   |
| 1,64                 | 3,04  | 10,12    | 74,32   | 200      | <b>Борщ с капустой и картофелем</b><br>Свекла свежая очищенная п/ф, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло растительное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота |
| 11,65                | 10,74 | 9,41     | 180,915 | 70       | <b>Биточки рубленые куриные</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное   |
| 2,08                 | 6,18  | 14,03    | 120,084 | 120      | <b>Рагу из овощей</b><br>Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль                   |
| 0,75                 | 0,15  | 15,15    | 64,95   | 150      | <b>Сок фруктовый</b><br>Сок яблочный-абрикос  |
| 1,6                  | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |
| 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |

| Белки                   | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Полдник с 3-7 ДС</b> |      |          |        |          |   |
| 14,49                   | 8,26 | 37       | 280,32 | 100      | <b>Сырники по-киевски</b><br>Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Соль, Ванилин, Повидло (джем) яблочное, Сухари панировочные, Масло сливочное |
| 6,24                    | 4    | 6,72     | 87,84  | 160      | <b>Ряженка</b><br>Ряженка   |

| Белки                  | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|------------------------|------|----------|---------|----------|--|
| <b>Ужин 1 с 3-7 ДС</b> |      |          |         |          |  |
| 6,84                   | 0,99 | 4,21     | 53,095  | 50       | <b>Кнели рыбные отварные собственного производства</b><br>Рыба филе Минтая н/к с/м, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое |
| 4,45                   | 5,09 | 49,18    | 260,316 | 180      | <b>Рис отварной</b><br>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль  |
| 0,1                    | 0,04 | 24,46    | 98,6    | 200      | <b>Кисель из смородины</b><br>Смородина черная б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок  |
| 1,6                    | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке  |

| Белки   | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|---|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Вода питьевая детская (на весь день) 3-7</b> |      |          |        |          |   |
|   |      |          |        | 200      | <b>Вода питьевая детская</b><br>Вода питьевая детская |

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

Главный технолог \_\_\_\_\_



Зав. производством \_\_\_\_\_

