

МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
10 января 2019 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС					
8,35	8,99	1,56	120,544	80	Омлет натуральный, запеченный Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
2,75	2,61	10,97	78,39	150	Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта
0,16	0,02	16,2	65,2	20	Зефир

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед (ясли) с 1,5-3 ДС					
0,741	3,105	3,903	46,515	30	Салат овощной с фасолью Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Фасоль сухая, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
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
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтая н/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
1,225	1,675	13,65	74,56	50	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло растительное, Соль
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничной
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник (ясли) с 1,5-3 ДС					
3,648	3,592	19,136	123,44	80	Запеканка со свежими плодами Крупа Пшено, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Яблоки свежие, Сметана
2,41	1,94	13,67	81,792	30	Булочка с изюмом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
4,34	4,48	6,58	83,44	140	Молоко ультрапастеризованное

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 (ясли) с 1,5-3 ДС					
0,24	0,009	0,153	3,27	30	Огурцы консервированные без уксуса
10,91	8,33	48,96	314,48	200	Макаронны, запеченные с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с м.д.ж 45%
0,041	0,041	16,01	64,605	150	Компот из плодов свежих Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 с 3-7 ДС
44	11,24	1,95	150,68	100	Омлет натуральный, запеченный Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,67	3,48	14,63	104,52	200	Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта
0,16	0,02	16,2	65,2	20	Зефир

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 2 с 3-7 ДС
0,32	0,24	8,24	36,4	80	Плоды и ягоды свежие (Груша)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед с 3-7 ДС
1,482	6,21	7,806	93,03	60	Салат овощной с фасолью Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Фасоль сухая, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
5,529	4,237	14,231	117,249	190	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
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтая н/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
2,94	4,02	32,76	178,944	120	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло растительное, Соль
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничной
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Полдник с 3-7 ДС
4,56	4,49	23,92	154,3	100	Запеканка со свежими плодами Крупа Пшено, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Яблоки свежие, Сметана
2,41	1,94	13,67	81,792	30	Булочка с изюмом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
4,8	5,12	7,52	95,36	160	Молоко ультрапастеризованное

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 с 3-7 ДС
0,24	0,009	0,153	3,27	30	Огурцы консервированные без уксуса
10,91	8,33	48,96	314,48	200	Макароны, запеченные с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с м.д.ж 45%
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Компот из плодов свежих Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

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

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

Главный технолог 

Зав. производством 