ОВАНО

0758

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО
Исполнительный директор
РусСоцКапитал
Шелестова Л.А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

24 ноября 2023 г.

Завтрак I с 1,5-3 лет

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)
3,978	6,045	16,679	136,955	130	Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Масло сливочное, Сахар-песок
					Чай с сахаром
		9	35,964	180	Чай черный весовой, Сахар-песок
					Сыр полутвердый
2,32	2,95		35,83	10	Сыр с м.д.ж 45%
					Масло сливочное
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло сливочное
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб пшеничный в нарезке

Завтрак II с 1,5-3 лет

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Сок фруктовый
0,9	0,18	18,18	77,94	180	Сок яблочно-виноградный шт (0,2 л) ДП

Обед 1,5-3 лет

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Салат из капусты с растительным маслом
0,738	4,536	4,334	61,124	45	Капуста белокочанная свежая, Лимонная кислота, Сахар-песок, Соль, Масло растительное
					Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)
1,89	4,59	9,972	88,848	180	Капуста белокочанная свежая, Картофель очищенный, Крупа Перловая, Морковь свежая , Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль, Сметана
					Котлеты рубленные из фарша рыбного
10,612	2,793	10,661	110,278	70	Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
					Картофель отварной
2,756	5,902	22,087	152,516	130	Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль
					Напиток из цитрусовых
0,108	0,018	7,812	31,842	180	Лимон, Мандарин, Сахар-песок
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
					Хлеб ржано-пшеничный
2,64	0,44	16,4	80,12	40	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Полдник 1,5-3 лет

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Макароны, запеченные с яйцом
6,955	5,616	25,142	178,971	130	Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо куриное пищевое С1, Молоко, Соль
					Какао на молоке
3,312	3,132	11,376	86,868	180	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко

Ужин 1,5-3 лет

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Огурцы консервированные (без уксуса)
0,24	0,03	0,51	3,27	30	Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) ДП
					Рагу из мяса птицы
15,21	14,004	20,61	269,208	180	Мясо кур (п/ф бедро,голень,грудка) с/м, Соль, Картофель очищенный, Морковь свежая , Томат-паста, Лук репчатый свежий, пшеничная, Масло растительное
					Напиток витаминный
0,414	0,144	13,608	57,312	180	Шиповник, Сахар-песок, Изюм
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Вода питьевая детская
				100	Вода питьевая детская

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак I с 3-7 лет
5,508	8,37	23,094	189,63	180	***Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)*** Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Масло сливочное, Сахар-песок
		10	39,96	200	***Чай с сахаром*** Чай черный весовой, Сахар-песок
2,32	2,95		35,83	10	***Сыр полутвердый*** Сыр с м.д.ж 45%
0,08	8,25	0,08	74,89	10	***Масло сливочное*** Масло сливочное
3 2	1,2	20	103,6	40	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта*** Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак II с 3-7 лет
1	0,2	20,2	86,6	200	***Сок фруктовый*** Сок яблочный-виноградный

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед 3-7 лет
1,066	6,552	6,26	88,29	65	***Салат из капусты с растительным маслом*** Капуста белокочанная свежая, Лимонная кислота, Сахар-песок, Соль, Масло растительное
2,1	5,1	11,08	98,72	200	***Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)*** Капуста белокочанная свежая, Картофель очищенный, Крупа Перловая, Морковь свежая , Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль, Сметана
10,612	2,793	10,661	110,278	70	***Котлеты рубленные из фарша рыбного*** Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
3,18	6,81	25,485	175,98	150	***Картофель отварной*** Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль
0,12	0,02	8,68	35,38	200	***Напиток из цитрусовых*** Лимон, Мандарин, Сахар-песок
3,2	1,2	20	103,6	40	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта*** Хлеб пшеничный в нарезке
2,64	0,44	16,4	80,12	40	***Хлеб ржано-пшеничный*** Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Полдник 3-7 лет
8,025	6,48	29,01	206,505	150	***Макароны, запеченные с яйцом*** Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо куриное пищевое С1, Молоко, Соль
3,68	3,48	12,64	96,52	200	***Какао на молоке*** Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 3-7 лет
0,24	0,03	0,51	3,27	30	***Огурцы консервированные (без уксуса)*** Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) ДП
18,59	17,116	25,19	329,032	220	***Рагу из мяса птицы*** Мясо кур (п/ф бедро,голень,грудка) с/м, Соль, Картофель очищенный, Морковь свежая , Томат-паста, Лук репчатый свежий, Мука пшеничная, Масло растительное
0,46	0,16	15,12	63,68	200	***Напиток витаминный*** Шиповник, Сахар-песок, Изюм
3,2	1,2	20	103,6	40	***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

Главный технолог _____ Зав. производством _____