



УТВЕРЖДЕНО
Руководитель направления

Медведева Е.В.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
12 ноября 2025 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 1,5-3
3,978	6,045	16,679	136,955	130	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)
		9	35,964	180	Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Масло сливочное, Сахар-песок
					Чай с сахаром
					Чай черный весовой, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое
					Масло сливочное
4,25	2,25	1,75	44,25	50	Творог для детского питания
					Творожок порционный классический 50
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 2 1,5-3
0,4	0,4	9,8	44,4	100	Фрукты, плоды в ассортименте (Яблоко)
					Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед 1,5-3
0,738	4,536	4,334	61,124	45	Салат из капусты с растительным маслом
					Капуста белокочанная свежая, Лимонная кислота, Сахар-песок, Соль, Масло растительное
4,947	3,791	12,733	104,907	170	Суп картофельный с бобовыми (горох)
					Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Горох колотый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль
1,144	0,429	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного
					Хлеб пшеничный в нарезке
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного
					Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
4,059	3,201	25,85	148,412	110	Изделия макаронные отварные
					Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,09	0,018	6,534	26,694	180	Напиток вишневый
					Вишня б/з, Сахар-песок
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	
					Полдник 1,5-3
3,695	3,49	21,725	133,09	50	Оладьи
					Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло
					Повидло абрикос
5,85	3,75	6,3	82,35	150	Ряженка
					Ряженка 200гр шт

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 1,5-3
8,589	7,896	8,141	137,949	70	Котлеты рубленые из птицы (цыплята), запеченные с соусом молочный
					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
2,964	3,809	23,907	141,726	130	Картофель отварной
					Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
0,468	0,036	13,68	56,826	180	Кисель абрикосовый
					Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
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 1,5-3 (на весь день)
				100	Вода питьевая детская
					Вода питьевая детская

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1 3-7
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
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сливочное
8,5	4,5	3,5	88,5	100	Творог для детского питания Творог порционный классический 100 г
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 2 3-7
0,4	0,4	9,8	44,4	100	Фрукты, плоды в ассортименте (Яблоко) Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед 3-7
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
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Горох колотый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль
1,144	0,429	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного Хлеб пшеничный в нарезке
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
4,797	3,783	30,55	175,396	130	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,1	0,02	7,26	29,66	200	Напиток вишневый Вишня б/з, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	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
5,912	5,584	34,76	212,944	80	Оладьи Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло Повидло абрикос
7,02	4,5	7,56	98,82	180	Ряженка Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 1 3-7
9,816	9,024	9,304	157,656	80	Котлеты рубленые из птицы (цыплята), запеченные с соусом молочным 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
3,42	4,395	27,585	163,53	150	Картофель отварной Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
0,52	0,04	15,2	63,14	200	Кисель абрикосовый Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
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 3-7 (на весь день)
				200	Вода питьевая детская Вода питьевая детская

День 13

Главный технолог

Зав. производством