

СОГЛАСОВАНО

Директор

ОТВЕТСТВЕННЫЙ
ПО ПИТАНИЮ
ДАНИЛОВА М.А.

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель направления

Медведева Е.В.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
24 ноября 2025 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1 1,5-3
5,057	4,745	24,869	162,422	130	Каша пшенная молочная Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
		9	35,964	180	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок
4,64	5,9		71,66	20	Сыр полутвердый Сыр с м.д.ж 45%
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 2 1,5-3
0,4	0,3	10,3	45,5	100	Фрукты, плоды в ассортименте (Груша) Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед 1,5-3
0,549	3,191	2,921	42,579	45	Салат из моркови с растительным маслом Морковь свежая, Масло растительное
2,808	3,942	11,178	91,44	180	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая
9,726	8,946	1,782	126,534	60	Гуляш из отварного мяса Говядина лопаточная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
4,059	3,201	25,85	148,412	110	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,9	0,18	18,18	77,94	180	Сок фруктовый Сок яблочно-абрикосовый шт (0,2 л)
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
4,2	4,05	15,3	114,45	150	Йогурт питьевой ягодный Йогурт питьевой ягодный клубника

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 1 1,5-3
11,648	10,745	9,408	180,915	70	Биточки рубленые куриные Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное
1,002	3,978	2,928	51,546	30	Соус сметанный Сметана, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
2,964	3,809	23,907	141,726	130	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
0,108	0,018	7,578	30,852	180	Компот из плодов свежих (лимон) Лимон, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	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
7,002	6,57	34,434	224,892	180	Каша пшеничная молочная Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
		10	39,96	200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок
4,64	5,9		71,66	20	Сыр полутвердый Сыр с м.д.ж 45%
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 2 3-7
0,4	0,3	10,3	45,5	100	Фрукты, плоды в ассортименте (Груша) Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед 3-7
0,793	4,609	4,219	61,503	65	Салат из моркови с растительным маслом Морковь свежая, Масло растительное
3,12	4,38	12,42	101,6	200	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая
11,34 7	10,437	2,079	147,623	70	Гуляш из отварного мяса Говядина лопаточная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
4,797	3,783	30,55	175,396	130	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок фруктовый Сок яблочный-абрикос
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 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
5,22	5,76	7,2	101,52	180	Кефир Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 1 3-7
13,31 2	12,28	10,752	206,76	80	Биточки рубленые куриные Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное
1,336	5,304	3,904	68,728	40	Соус сметанный Сметана, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
3,42	4,395	27,585	163,53	150	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
0,12	0,02	8,42	34,28	200	Компот из плодов свежих (лимон) Лимон, 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 1

Главный технолог



Зав. производством

