



13 Ноября 2017 г.

Меню для родителей ГБОУ Школа №1516 (1324)дс

Обучающиеся, осваивающие образовательные программы дошкольного образования, возраст 3-7 лет

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углева	ККал		
Завтрак					
2.6	2.83	0	34.62	10	Сыр полутвердый Сыр "Костромской" с м.д.ж. 45% полутвердый.
5.705	8.4	26.4	209.80	150	Каша жидкая на молоке (пшено) Крупа пшено шлифованное, Молоко ультрапастеризованное ДП, Сахар белый кристаллический, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Крупа пшено шлифованное
2.736	3.838	18.54	117.62	180	Кофейный напиток злаковый на молоке Напиток кофейный натуральный ДП, Молоко ультрапастеризованное ДП, Вода питьевая, Сахар белый кристаллический.
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
14	16	55	410		
Второй завтрак					
0	0	0	0	300	Вода питьевая высшей категории (на весь день) Вода питьевая природная высшей категории качества ДП
0.9	0.2	8.1	43	100	Фрукты и ягоды свежие (Апельсин) Апельсины свежие
1	0	8	43		
Обед					
0.72	4.08	5.7	82.4	60	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром) Морковь столовая свежая, Сахар белый кристаллический, Масло подсолнечное
2.98	3.8	12.38	96.6	200	Суп вермишелевый на бульоне из мяса птицы Макаронные изд. группа "А" (вермишель), Морковь столовая свежая, Лук репчатый свежий, Коренья петрушки сушеные, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Бульон из мяса птицы, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная
12	12	10.592	232.97	160	Рагу из птицы (цыплята) П-Ф из мяса цыплят-бройлеров замор (филе грудки) ДП, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Картофель свежий продовольственный, Морковь столовая свежая, Паста томатная, Лук репчатый свежий, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Мука пшеничная высший сорт, Бульон куриный, Паста томатная
0.16	0.12	16	65.72	200	Компот из плодов свежих (груши) Груши свежие, Сахар белый кристаллический, Вода питьевая, Кислота лимонная
1.8	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
1.32	0.22	8.2	40	20	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.
19	20	63	545		
Полдник					
1.635	1.66	10.58	65.25	50	Запеканка маинная с плодами свежими Крупа манная, Сахар белый кристаллический, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сахары ланировочные из хлебных сухарей в-сорта, Сметана с м.д.ж. 16%, Молоко ультрапастеризованное ДП, Вода питьевая, Яблоки свежие
0.171	0.009	19.683	79.5	30	Соус абрикосовый Абрикосы сушеные б/к в-с (курага), Абрикосы сушеные б/к в-с (курага), Вода питьевая, Сахар белый кристаллический.
5.78	5.4	8.28	104.4	180	Биоогурт питьевой Биоогурт питьевой 3% ДП
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
9	7	48	297		
Ужин					
1.94	10.16	9.49	139.2	100	Винегрет овощной Морковь столовая свежая, Огурцы консервированные ДП, Горошек зеленый консервы, Свекла столовая свежая, Картофель свежий продовольственный, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Кислота лимонная, Огурцы консервированные ДП
5.31	4.428	30.756	184.2	60	Булочка "Любимая" собственного производства Мука пшеничная высший сорт, Молоко ультрапастеризованное ДП, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Сахар белый кристаллический, Дрожжи хлебопекарные сушеные, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Масло подсолнечное
6.104	7.826	4.004	113.13	70	Тефтели мясные с рисом паровые собственного производства Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Вода питьевая, Крупа рисовая шлифованная, Лук репчатый свежий, Масло подсолнечное, П-Ф из говядины замороз, ДП Коллетное мясо
0	0	9.98	39.9	200	Чай с сахаром Чай Черный, Чай Черный, Сахар белый кристаллический, Вода питьевая
1.32	0.22	8.2	40	20	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.
15	23	62	516		