

23 Мая 2018 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	Углево	ККал		

Завтрак

0.025	4.125	0.04	37.4	5	Масло сладко-сливочное Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%
14.202	9.378	15.003	209.08	90	Запеканка из творога Творог 9 % жирн., 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, Сухари панировочные из хлебных сухарей в-сорта, Сметана с м.д.ж. 15%
0.528	1.15	3.26	25.604	20	Соус молочный (сладкий) Сахар белый кристаллический, Молоко ультрапастеризованное ДП, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Мука пшеничная высший сорт, *Вода питьевая, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная
2.736	3.636	18.54	117.82	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.
19	18	47	438		

Второй завтрак

0	0	0	0	300	Вода питьевая высшей категории (на весь день) Вода питьевая природная высшей категории качества ДП
0.8	0.4	8.1	47	100	Фрукты и ягоды свежие (Киви) Киви свежие
1	0	8	47		

Обед

0.444	7.26	1.428	72.828	60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло подсолнечное, Зелень петрушки свежая, Огурцы свежие
1.82	4	8.22	96	200	Рассольник ленинградский Картофель поздний свежий продовольственный, Крупа перловая, Морковь столовая свежая, Лук репчатый свежий, Огурцы консервированные ДП, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, *Вода питьевая, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сметана с м.д.ж. 15%, Зелень петрушки свежая, Лук репчатый свежий
4.775	10.145	5.135	131.21	50	Биточки рубленые из птицы (цыплята) паровые собственн. производства П-Ф из мяса цыплят-бройлеров замор. (филе грудки) ДП, П-Ф из мяса цыплят-бройлеров замор. (филе грудки) ДП, Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной, Молоко ультрапастеризованное ДП, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная
1.81	3.94	10.5	84.7	100	Рагу из овощей Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло подсолнечное, Сахар белый кристаллический, Картофель поздний свежий продовольственный, Морковь столовая свежая, Кабачки быстрозамороженные, Капуста цветная быстрозамороженная, Горошек зеленый консервы, Лук репчатый свежий, Мука пшеничная высший сорт, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Паста томатная, *Вода питьевая
0.16	0.16	15.8	65.28	200	Компот из плодов свежих (яблоки) Яблоки свежие, Сахар белый кристаллический, *Вода питьевая, Кислота лимонная
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.
1.32	0.22	8.2	40	20	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.
12	26	59	538		

Полдник

4.68	7.32	16.344	149.97	120	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Хлопья овсяные, Молоко ультрапастеризованное ДП, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Сахар белый кристаллический.
5.76	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.
12	13	34	302		

Ужин

15.729	28.497	13.02	410.65	210	Картофель, запеченный с яйцами и помидорами Картофель поздний свежий продовольственный, Картофель поздний свежий продовольственный, Зелень петрушки свежая, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Томаты свежие, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Лук репчатый свежий
0.6	0	19.4	78.24	200	Отвар шиповника *Вода питьевая, Шиповник сушеный, 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.
2.4	0.4	14.6	71.6	20	Конфета в шоколадной глазури или без нее, обогащенная очищенным гемоглобином Батончик "Гематогенофф" ДП
20	29	57	608		