



07 Июня 2018 г.

Меню для родителей ГБОУ ШКОЛА № 1389 (813)дс

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

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		

Завтрак

2.6	2.63	0	34.52	10	Сыр полутвердый <small>Сыр "Костромской" с м.д.ж. 45%.полутвердый.</small>
8.08	9.12	1.44	119.71	100	Омлет натуральный, запеченный <small>Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%,Яйца куриные пищевые "Диетические-1",Молоко ультрапастеризованное ДП,Соль поваренная пищевая выварочная йодированная.</small>
4.05	4.032	18.45	126.41 4	180	Кофейный напиток из цикория с молоком <small>*Вода питьевая,Сахар белый кристаллический.,Напиток кофейный Цикорий,Молоко ультрапастеризованное ДП,Сахар белый кристаллический.,Сахар белый кристаллический.,Сахар белый кристаллический.</small>
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта <small>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</small>
16	16	30	328		

Второй завтрак

0	0	0	0	300	Вода питьевая высшей категории (на весь день) <small>Вода питьевая природная высшей категории качества ДП</small>
0.4	0.4	9.8	47	100	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко) <small>Яблоки свежие</small>
0	0	10	47		

Обед

0.81	4.326	5.448	63.966	60	Салат из картофеля, моркови и горошка зеленого с растительным маслом <small>Соль поваренная пищевая выварочная йодированная,Масло подсолнечное,Зелень петрушки свежая,Огурцы консервированные ДП,Морковь столовая свежая,Лук зеленый свежий,Горошек зеленый консервы,Картофель поздний свежий продовольственный.,Масло подсолнечное</small>
2	3.6	10.6	82	200	Борщ с капустой и картофелем <small>Зелень петрушки свежая,Кислота лимонная,Коренья петрушки сушеные,Сметана с м.д.ж. 15%,Соль поваренная пищевая выварочная йодированная,*Вода питьевая,Сахар белый кристаллический.,Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%,Паста томатная,Лук репчатый свежий,Морковь столовая свежая,Картофель поздний свежий продовольственный.,Капуста белокочанная свежая,Свекла столовая свежая</small>
12.411	5.775	6.699	128.70 2	70	Суфле из печени <small>Масло подсолнечное,Соль поваренная пищевая выварочная йодированная,Яйца куриные пищевые "Диетические-1",Мука пшеничная высший сорт,Молоко ультрапастеризованное ДП,Печень говяжья - заморож. субпродукт для произв. прод-в ДП.</small>
3.61	4.47	19.28	133.46	100	Изделия макаронные группы А отварные <small>Макаронные изд. группы "А" (фигурные),Соль поваренная пищевая выварочная йодированная,Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%</small>
0	0	23	92	200	Сок фруктовый <small>СОК фруктовый яблоко-абрикос ДП (1л.)</small>
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта <small>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</small>
1.32	0.22	8.2	40	20	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной <small>Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.,Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.</small>
22	19	83	588		

Полдник

6.263	4.635	29.55	184.96 5	75	Оладьи <small>Дрожжи хлебопекарные сушеные,Молоко ультрапастеризованное ДП,Яйца куриные пищевые "Диетические-1",Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%,Соль поваренная пищевая выварочная йодированная,Сахар белый кристаллический.,Мука пшеничная высший сорт,Мука пшеничная высший сорт</small>
0.024	0	7.692	30.441	30	Соус сладкий из джема <small>Кислота лимонная,*Вода питьевая,Крахмал картофельный,Сахар белый кристаллический.,Джем фруктовый стерилизованный.</small>
5.22	5.76	7.2	106.2	180	Кефир <small>Кефир с м.д.ж. 3,2% ДП</small>
0	0	9.98	39.9	10	Сахар <small>Сахар белый кристаллический.</small>
12	10	54	362		

Ужин

7.068	6.96	1.848	101.4	60	Филе птицы (цыплят), тушенное в соусе томатном <small>П-Ф из мяса цыплят-бройлеров замор. (филе грудки) ДП,Соль поваренная пищевая выварочная йодированная,Сахар белый кристаллический.,Лук репчатый свежий,Морковь столовая свежая,*Бульон из мяса птицы,Паста томатная,Мука пшеничная высший сорт,Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%,*Вода питьевая</small>
3.57	6.645	29.19	214.75 5	150	Рис отварной <small>Крупа рисовая шлифованная,Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%,Соль поваренная пищевая выварочная йодированная</small>
0.046	0.006	10.13	41.55	200/5	Чай с лимоном <small>Лимоны свежие,Сахар белый кристаллический.,*Вода питьевая,Чай Черный</small>
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта <small>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</small>
0.4	1.4	15.6	76	20	Ирис тираженый полутвердый