



08 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

| | | | | | |
|-----------|-----------|-----------|------------|-----|---|
| 0.025 | 4.125 | 0.04 | 37.4 | 5 | Масло сладко-сливочное <i>Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%</i> |
| 8.94 | 11.2 | 35.2 | 279.74 | 200 | Каша жидкая на молоке (пшено) <i>Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Крупа пшено шлифованное, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сахар белый кристаллический, Молоко ультрапастеризованное ДП, Крупа пшено шлифованное</i> |
| 1.386 | 1.458 | 11.178 | 63.378 | 180 | Чай с молоком <i>*Вода питьевая, Чай Черный, Сахар белый кристаллический, Молоко ультрапастеризованное ДП</i> |
| 1.6 | 0.2 | 9.82 | 47.6 | 20 | Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта <i>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</i> |
| 12 | 17 | 56 | 428 | | |

Второй завтрак

| | | | | | |
|----------|----------|-----------|-----------|-----|---|
| 0 | 0 | 0 | 0 | 300 | Вода питьевая высшей категории (на весь день) <i>Вода питьевая природная высшей категории качества ДП</i> |
| 0.4 | 0.3 | 10.3 | 47 | 100 | Фрукты и ягоды свежие (Груша) <i>Груши свежие.</i> |
| 0 | 0 | 10 | 47 | | |

Обед

| | | | | | |
|-----------|-----------|-----------|------------|-----|--|
| 1.332 | 8.538 | 1.614 | 88.626 | 60 | Салат из редиса с растительным маслом <i>Редис красный свежий, Лук зеленый свежий, Огурцы свежие, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная</i> |
| 2.02 | 4.68 | 8.5 | 95.76 | 200 | Суп крестьянский с крупой <i>Томаты свежие, Зелень петрушки свежая, Томаты свежие, *Вода питьевая, Масло подсолнечное, Лук репчатый свежий, Морковь столовая свежая, Крупа перловая, Сметана с м.д.ж. 15%, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Капуста белокочанная свежая, Картофель поздний свежий продовольственный.</i> |
| 10.003 | 5.88 | 2.891 | 131.74 | 70 | Суфле паровое из рыбы (филе) отварной <i>Филе минтай (без кожи) заморож. в глазури п-ф для ДП, Молоко ультрапастеризованное ДП, Мука пшеничная высший сорт, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Соль поваренная пищевая выварочная йодированная</i> |
| 1.9 | 4.43 | 10.56 | 106.02 | 100 | Картофель в молоке <i>Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Молоко ультрапастеризованное ДП, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Картофель поздний свежий продовольственный.</i> |
| 0.18 | 0 | 17.26 | 69.76 | 200 | Компот из плодов быстрозамороженных (смородина) <i>Смородина черная быстрозамороженная, Сахар белый кристаллический, *Вода питьевая</i> |
| 1.6 | 0.2 | 9.82 | 47.6 | 20 | Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта <i>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</i> |
| 1.32 | 0.22 | 8.2 | 40 | 20 | Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной <i>Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке, Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.</i> |
| 18 | 24 | 59 | 580 | | |

Полдник

| | | | | | |
|-----------|-----------|-----------|------------|-----|---|
| 8.6 | 5.12 | 10.285 | 124.68 | 50 | Сырники из творога собственного производства <i>Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Сахар белый кристаллический, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Мука пшеничная высший сорт, Творог 9 % жирн.</i> |
| 2.091 | 2.55 | 16.8 | 89.4 | 30 | Молоко сгущенное с сахаром <i>Молоко сгущенное с сахаром м.д.ж. 8,5%</i> |
| 5.22 | 4.5 | 7.56 | 97.2 | 180 | Ряженка <i>Ряженка с м.д.ж. 2,5% ДП</i> |
| 0 | 0 | 9.98 | 39.9 | 10 | Сахар <i>Сахар белый кристаллический.</i> |
| 1.6 | 0.2 | 9.82 | 47.6 | 20 | Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта <i>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</i> |
| 18 | 12 | 54 | 399 | | |

Ужин

| | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-----|--|
| 5.905 | 6.375 | 3.735 | 96.32 | 50 | Фрикадельки мясные паровые собственного производства <i>П-Ф из говядины заморож. ДП Котлетное мясо, Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной, *Вода питьевая, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная</i> |
| 9.12 | 5.92 | 44.16 | 265.6 | 160 | Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая ядрица быстрорастворимая, *Вода питьевая, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Крупа гречневая ядрица быстрорастворимая</i> |
| 0 | 0 | 9.98 | 39.9 | 200 | Чай с сахаром <i>Чай Черный, Сахар белый кристаллический, *Вода питьевая</i> |
| 1.6 | 0.2 | 9.82 | 47.6 | 20 | Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта <i>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</i> |
| 0.24 | 0 | 14.12 | 55.64 | 20 | Пастила |