



12 Февраля 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	<b>10</b>	<b>Сыр полутвердый</b>
<i>Сыр "Костромской" с м.д.ж. 45% полутвердый.</i>					
8.065	9.1	24.8	216.4	<b>250</b>	<b>Вермишель отварная в молоке жидкая</b>
<i>Молоко ультрапастеризованное ДП, *Вода питьевая, Макароны изд. группа "А" (вермишель), Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Сахар белый кристаллический, .Соль поваренная пищевая выварочная йодированная</i>					
0	0	8.982	35.91	<b>180</b>	<b>Чай с сахаром</b>
<i>Сахар белый кристаллический, Чай Черный, *Вода питьевая</i>					
1.6	0.2	9.82	47.6	<b>20</b>	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта</b>
<i>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</i>					
<b>12</b>	<b>12</b>	<b>44</b>	<b>334</b>		

### Второй завтрак

0	0	0	0	<b>300</b>	<b>Вода питьевая высшей категории (на весь день)</b>
<i>Вода питьевая природная высшей категории качества ДП</i>					
0.9	0.2	8.1	43	<b>100</b>	<b>Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)</b>
<i>Апельсины свежие</i>					
<b>1</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>43</b>		

### Обед

0.822	6.054	4.992	78.348	<b>60</b>	<b>Салат из отварной свеклы с растительным маслом</b>
<i>Свекла столовая свежая, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло подсолнечное, Кислота лимонная, Свекла столовая свежая</i>					
2.42	2.28	15.84	94.54	<b>200</b>	<b>Суп картофельный на мясном бульоне</b>
<i>Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, *Бульон мясной, Лук репчатый свежий, Морковь столовая свежая, Картофель поздний свежий продовольственный, .Картофель поздний свежий продовольственный</i>					
9.258	5.496	2.364	96.336	<b>60</b>	<b>Гуляш из мяса отварного</b>
<i>Зелень петрушки свежая, *Бульон мясной, П-Ф мясные из говядины заморож. ДП, Тазобедренная часть, *Вода питьевая, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Лук репчатый свежий, Морковь столовая свежая, Паста томатная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Мука пшеничная высший сорт</i>					
5.7	3.7	27.6	166	<b>100</b>	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>
<i>Крупа гречневая ядрица быстрорастворивающаяся, *Вода питьевая, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%</i>					
0.18	0	17.26	69.76	<b>200</b>	<b>Компот из плодов быстрозамороженных (смородина)</b>
<i>*Вода питьевая, Сахар белый кристаллический, .Смородина черная быстрозамороженная</i>					
1.6	0.2	9.82	47.6	<b>20</b>	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта</b>
<i>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</i>					
1.32	0.22	8.2	40	<b>20</b>	<b>Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной</b>
<i>Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.</i>					
<b>21</b>	<b>18</b>	<b>86</b>	<b>593</b>		

### Полдник

7.3	4.765	6.38	101.52	<b>50</b>	<b>Суфле творожное запеченное</b>
<i>Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сахар белый кристаллический, .Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Молоко ультрапастеризованное ДП, Мука пшеничная высший сорт, Творог 9 % жирн.</i>					
0.024	0	7.692	30.441	<b>30</b>	<b>Соус сладкий из джема</b>
<i>Джем фруктовый стерилизованный, .Кислота лимонная, *Вода питьевая, Крахмал картофельный, Сахар белый кристаллический, .Джем фруктовый стерилизованный.</i>					
5.22	4.5	7.56	97.2	<b>180</b>	<b>Ряженка</b>
<i>Ряженка "АМКА" с м.д.ж. 2,5% ДП</i>					
0	0	9.98	39.9	<b>10</b>	<b>Сахар</b>
<i>Сахар белый кристаллический.</i>					
1.6	0.2	9.82	47.6	<b>20</b>	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта</b>
<i>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</i>					
<b>14</b>	<b>9</b>	<b>41</b>	<b>317</b>		

### Ужин

0.882	4.842	5.514	69.162	<b>60</b>	<b>Икра овощная собственного производства (из моркови)</b>
<i>Кислота лимонная, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сахар белый кристаллический, .Масло подсолнечное, Паста томатная, Лук репчатый свежий, Морковь столовая свежая</i>					
16.23	6.96	27.675	242.49	<b>150</b>	<b>Запеканка картофельная с печенью</b>
<i>Печень говяжья - заморож. субпродукт для произв. прод-в ДП, .Картофель поздний свежий продовольственный, .Лук репчатый свежий, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Сухари панировочные из хлебных сухарей в-сорта, .Соль поваренная пищевая выварочная йодированная</i>					
0.046	0.006	10.13	41.55	<b>200/5</b>	<b>Чай с лимоном</b>
<i>Сахар белый кристаллический, .*Вода питьевая, Чай Черный, Лимоны свежие</i>					
1.32	0.22	8.2	40	<b>20</b>	<b>Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной</b>
<i>Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.</i>					