

13 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

0.025	4.125	0.04	37.4	<b>5</b>	<b>Масло сладко-сливочное</b> <i>Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%</i>
4.673	7.635	19.95	168,04	<b>150</b>	<b>Каша жидкая на молоке Дружба</b> <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая шлифованная, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сахар белый кристаллический, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Молоко ультрапастеризованное ДП, *Вода питьевая</i>
2.952	3.096	13.356	94.068	<b>180</b>	<b>Какао с молоком</b> <i>Молоко ультрапастеризованное ДП, *Вода питьевая, Сахар белый кристаллический, Какао-порошок</i>
1.6	0.2	9.82	47.6	<b>20</b>	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта</b> <i>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</i>
<b>9</b>	<b>15</b>	<b>43</b>	<b>347</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>
0.4	0.4	9.8	47	<b>100</b>	<b>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</b> <i>Яблоки свежие</i>
<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>47</b>		

### Обед

0.72	4.08	5.7	62.4	<b>60</b>	<b>Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром)</b> <i>Морковь столовая свежая, Сахар белый кристаллический, Масло подсолнечное</i>
2	3.6	9.2	78	<b>200</b>	<b>Щи из капусты свежей с картофелем</b> <i>*Вода питьевая, Капуста белокачанная свежая, Картофель поздний свежий продовольственный, Морковь столовая свежая, Капуста белокачанная свежая, Сметана с м.д.ж. 15%, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Лук репчатый свежий, Коренья петрушки сушеные, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%</i>
6.531	4.039	5.572	98.959	<b>70</b>	<b>Тефтели рыбные с соусом собственного производства</b> <i>Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Филе трески (без кожи) мороженой п-ф для ДП, Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной, Молоко ультрапастеризованное ДП, Лук репчатый свежий, Мука пшеничная высший сорт, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Сметана с м.д.ж. 15%, *Вода питьевая, Паста томатная</i>
3.9	3.1	9.41	81	<b>100</b>	<b>Пюре картофельное</b> <i>Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Молоко ультрапастеризованное ДП, Картофель поздний свежий продовольственный, Картофель поздний свежий продовольственный.</i>
0	0	23	92	<b>200</b>	<b>Сок фруктовый</b> <i>СОК "Мой" яблоко зеленое 1л, СОК "Мой" яблоко зеленое 1л</i>
1.6	0.2	9.82	47.6	<b>20</b>	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта</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>16</b>	<b>15</b>	<b>71</b>	<b>500</b>		

### Полдник

5.008	4.72	15.128	123.02	<b>80</b>	<b>Макароны, запеченные с сыром</b> <i>Сыр "Костромской" с м.д.ж. 45% полутвердый, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Макароны изд. группы "А" (фигурные)</i>
0.2	0.04	18.54	75.64	<b>200</b>	<b>Кисель из ягод свежемороженых (смородина)</b> <i>Сахар белый кристаллический, Крахмал картофельный, Смородина черная быстрозамороженная, *Вода питьевая</i>
1.6	0.2	9.82	47.6	<b>20</b>	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта</b> <i>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</i>
0.142	0	14.952	60.376	<b>20</b>	<b>Зефир</b> <i>Зефир ванильный (20гр)</i>
<b>7</b>	<b>5</b>	<b>58</b>	<b>307</b>		

### Ужин

17.2	10.24	20.57	249.36	<b>100</b>	<b>Сырники из творога собственного производства</b> <i>Творог 9% жирн., Мука пшеничная высший сорт, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сахар белый кристаллический, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%</i>
2.091	2.55	16.8	89.4	<b>30</b>	<b>Молоко сгущенное с сахаром</b> <i>Молоко сгущенное с сахаром м.д.ж. 8,5%</i>
4.18	3.3	13.75	101.2	<b>110</b>	<b>Йогурт вязкий в индивидуальной упаковке</b> <i>Йогурт вязкий "Растиска" 1-110 ДП</i>
1.54	1.62	12.42	70.42	<b>200</b>	<b>Чай с молоком</b> <i>*Вода питьевая, Чай Черный, Сахар белый кристаллический, Молоко ультрапастеризованное ДП</i>
3.2	0.4	19.64	95.2	<b>40</b>	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта</b> <i>Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.</i>