



03 Декабря 2018 г.

### Меню для родителей ГБОУ Школа №1516 (1324) ОС

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

#### Второй завтрак

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

#### Обед

0.822	6.054	4.992	78.348	60	<b>Салат из отварной свеклы с растительным маслом</b> Кислота лимонная, Свекла столовая свежая, Свекла столовая свежая, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая йодированная
2.42	2.28	15.84	94.54	200	<b>Суп картофельный на мясном бульоне</b> Соль поваренная пищевая йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" с м.д.ж 82,5%, Бульон мясной, Лук репчатый свежий, Морковь столовая свежая, Картофель продовольственный.
9.258	5.496	2.364	96.338	60	<b>Гуляш из мяса отварного</b> Зелень петрушки свежая, Бульон мясной, Мука пшеничная высшего сорта, Масло сладко-сливочное "Традиционное" с м.д.ж 82,5%, Паста томатная, Морковь столовая свежая, Лук репчатый свежий, Соль поваренная пищевая йодированная, "Вода питьевая, П-Ф мясные из говядины заморож. ДП. Тазобедренная часть
5.7	3.7	27.6	166	100	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> Крупа гречневая ядрица быстрорастворимая, "Вода питьевая, Соль поваренная пищевая йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" с м.д.ж 82,5%
0.2	0.04	18.54	75.84	200	<b>Кисель из ягод свежемороженых (смородина)</b> "Вода питьевая, Смородина черная быстрозамороженная, Крахмал картофельный, Сахар белый кристаллический.
1.6	0.2	9.82	47.6	20	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта</b> Батон Нарезной Детский обогащ. вит. и минералами для ДП
1.32	0.22	8.2	40	20	<b>Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной</b> Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.
21	18	87	598		

#### Полдник

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

#### Ужин

0.882	4.842	5.514	89.162	60	<b>Икра овощная собственного производства (из моркови)</b> Паста томатная, Масло подсолнечное, Кислота лимонная, Соль поваренная пищевая йодированная, Сахар белый кристаллический, Лук репчатый свежий, Морковь столовая свежая, Морковь столовая свежая, Морковь столовая свежая, Морковь столовая свежая
15.51	8.625	25.08	240.99	150	<b>Запеканка картофельная с мясом</b> П-Ф из говядины заморож. ДП Котлетное мясо, Картофель продовольственный, "Вода питьевая, Соль поваренная пищевая йодированная, Сахар белый кристаллический, Сухари панировочные из хлебных сухарей в-сорта, Масло сладко-сливочное "Традиционное" с м.д.ж 82,5%, Лук репчатый свежий, Картофель продовольственный.
0.046	0.006	10.13	41.55	200/5	<b>Чай с лимоном</b> Лимоны свежие, Сахар белый кристаллический, "Вода питьевая, Чай Черный
1.32	0.22	8.2	40	20	<b>Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной</b> Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.
1.6	2.84	13.84	85.4	20	<b>Печенье</b>