


 Bukharina N.A.
 201_ г.

06 ноября 2018 г.

Меню для родителей ГБОУ Школа №1516 (1324)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 Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%
4.673	7.635	19.95	168.04	150	Каша ясидкая на молоке Дружба Соль поваренная пищевая йодированная, Сахар белый кристаллический, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, *Вода питьевая, Молоко ультрапастеризованное ДП, Крупа рисовая шлифованная, Крупа пшено шлифованное
2.952	3.096	13.356	94.068	180	Какао с молоком Какао-порошок, Молоко ультрапастеризованное ДП, *Вода питьевая, Сахар белый кристаллический.
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
9	16	43	347		

Второй завтрак

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

Обед

0.72	4.08	5.7	62.4	60	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром) Морковь столовая свежая, Сахар белый кристаллический, Масло подсолнечное
2	3.6	9.2	78	200	Щи из капусты свежей с картофелем Капуста белокочанная свежая, *Вода питьевая, Капуста белокочанная свежая, Картофель продовольственный, Морковь столовая свежая, Сметана с м.д.ж 15%, Соль поваренная пищевая йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Лук репчатый свежий, Коренья петрушки сушеные
6.531	4.039	5.572	98.959	70	Тефтели рыбные с соусом собственного производства Филе трески без кожи мороженая, Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной, Молоко ультрапастеризованное ДП, Лук репчатый свежий, Мука пшеничная высший сорт, Соль поваренная пищевая йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Сметана с м.д.ж. 15%, *Вода питьевая, Паста томатная
3.9	3.1	9.41	81	100	Пюре картофельное Молоко ультрапастеризованное ДП, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Картофель продовольственный, Соль поваренная пищевая йодированная, Картофель продовольственный.
0	0	23	92	200	Сок фруктовый СОК "Мой" яблоко зеленое 1л
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
1.32	0.22	8.2	40	20	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.
16	15	71	500		

Полдник

5.008	4.72	15.128	123.02	80	Макароны, запеченные с сыром Сыр "Костромской" с м.д.ж. 45%, полутвердый, Соль поваренная пищевая йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Макароны изд. группы "А" (физгурные), Сыр "Костромской" с м.д.ж. 45%, полутвердый.
0	0	8.982	35.91	180	Чай с сахаром Чай Черный, Сахар белый кристаллический, *Вода питьевая
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
0.142	0	14.952	60.376	20	Зефир Зефир ванильный (20гр)
7	5	49	267		

Ужин

17.2	10.24	20.57	249.36	100	Сырники из творога собственного производства Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Сахар белый кристаллический, Соль поваренная пищевая йодированная, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Мука пшеничная высший сорт, Творог 9% жирн.
2.091	2.55	16.8	89.4	30	Молоко сгущенное с сахаром Молоко сгущенное с сахаром м.д.ж. 8,5%
4.18	3.3	13.75	101.2	110	Йогурт вязкий в индивидуальной упаковке Йогурт вязкий "Растишка" 1-110 ДП
1.54	1.62	12.42	70.42	200	Чай с молоком Молоко ультрапастеризованное ДП, Сахар белый кристаллический, Чай Черный, *Вода питьевая
3.2	0.4	19.64	95.2	40	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1сорта Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
28	18	83	606		
61	54	256	1767		