



08 Ноября 2018 г.

### Меню для родителей ГБОУ Школа № 1516 (3-7 лет)

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.
8.08	9.12	1.44	119.71	100	<b>Омлет натуральный, запеченный</b> Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Соль поваренная пищевая йодированная, Молоко ультрапастеризованное ДП, Яйца куриные пищевые "Диетические-1"
4.05	4.032	18.45	126.41	180	<b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b> *Вода питьевая, Молоко ультрапастеризованное ДП, Напиток кофейный Цикорий, Сахар белый кристаллический.
1.6	0.2	9.82	47.6	20	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта</b> Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
16	16	30	328		

#### Второй завтрак

0	0	0	0	300	<b>Вода питьевая высшей категории (на весь день)</b> Вода питьевая природная высшей категории качества ДП
0.8	0.2	7.5	38	100	<b>Фрукты и ягоды свежие (Мандарин)</b> Мандарины свежие
1	0	8	38		

#### Обед

0.81	4.326	5.448	63.966	60	<b>Салат из картофеля, моркови и горошка зеленого с растительным маслом</b> Соль поваренная пищевая йодированная, Масло подсолнечное, Зелень петрушки свежая, Огурцы консервированные ДП, Морковь столовая свежая, Лук зеленый свежий, Горошек зеленый консервы, Картофель продовольственный.
4.38	8.26	10.6	134.32	200	<b>Борщ с капустой и картофелем на бульоне из мяса птицы</b> Свекла столовая свежая, Капуста белокочанная свежая, Картофель продовольственный, Морковь столовая свежая, Лук репчатый свежий, Паста томатная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Сахар белый кристаллический, *Бульон из мяса птицы, Соль поваренная пищевая йодированная, Сметана с м.д.ж. 15%, Коренья петрушки сушеные, Кислота лимонная, Зелень петрушки свежая, Свекла столовая свежая
7.068	6.96	1.848	101.4	60	<b>Филе птицы (цыплят), тушенное в соусе томатном</b> Соль поваренная пищевая йодированная, Сахар белый кристаллический, Лук репчатый свежий, Морковь столовая свежая, *Бульон из мяса птицы, Паста томатная, Мука пшеничная высший сорт, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, *Вода питьевая, П-Ф из мяса цыплят-бройлеров замор. (филе грудки) ДП
3.81	4.47	19.28	133.46	100	<b>Изделия макаронные группы А отварные</b> Макаронные изд. группы "А" (фигурные), Соль поваренная пищевая йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%
0	0	23	92	200	<b>Сок фруктовый</b> СОК фруктовый яблоко-абрикос ДП (1л.), СОК фруктовый яблоко-абрикос ДП (1л.)
1.6	0.2	9.82	47.6	20	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта</b> Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
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.
19	24	78	613		

#### Полдник

6.263	4.635	29.55	184.96	75	<b>Оладьи</b> Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Соль поваренная пищевая йодированная, Сахар белый кристаллический, Дрожжи хлебопекарные сухие, Молоко ультрапастеризованное ДП, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Мука пшеничная высший сорт
0.024	0	7.692	30.441	30	<b>Соус сладкий из джема</b> *Вода питьевая, Кислота лимонная, Крахмал картофельный, Сахар белый кристаллический, Джем фруктовый стерилизованный.
5.22	5.76	7.2	106.2	180	<b>Кефир</b> Кефир с м.д.ж. 3,2% ДП
0	0	9.98	39.9	10	<b>Сахар</b> Сахар белый кристаллический.
12	10	54	362		

#### Ужин

4.644	5.958	39.438	234.9	180	<b>Запеканка рисовая с грушей</b> Груши свежие, Сухари панировочные из хлебных сухарей в-сорта, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Сахар белый кристаллический, Соль поваренная пищевая йодированная, *Вода питьевая, Молоко ультрапастеризованное ДП, Сахар белый кристаллический, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Сметана с м.д.ж. 15%, Крупа рисовая шлифованная
0.018	0.006	4.425	18.189	30	<b>Соус клюквенный</b> Крахмал картофельный, Сахар белый кристаллический, *Вода питьевая, Клюква быстрозамороженная
0.046	0.006	10.13	41.55	200/5	<b>Чай с лимоном</b> Лимоны свежие, Сахар белый кристаллический, *Вода питьевая, Чай Черный
1.6	0.2	9.82	47.6	20	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта</b> Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
0.4	1.4	15.6	76	20	<b>Ирис тиражированный полутвердый</b> Ирис полутвердый тиражированный
7	8	79	418		