



### 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

2.6	2.68	0	34.52	10	Сыр полутвердый
Сыр "Костромской" с м.д.ж. 45% полутвердый.					
8.08	9.12	1.44	119.71	100	Омлет натуральный, запеченный
Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Молоко ультрапастеризованное ДП с м.д.ж. 3,2%, Соль поваренная пищевая йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" с м.д.ж. 82,5%					
2.738	3.636	18.54	117.82	180	Кофейный напиток злаковый на молоке
Сахар белый кристаллический, *Вода питьевая, Молоко ультрапастеризованное ДП с м.д.ж. 3,2%, Напиток кофейный натуральный ДП					
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта
Батон Нарезной Детский обогащ. вит. и минералами для ДП					
15	18	30	320		

#### 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

0.81	4.326	5.448	63.966	60	Салат из картофеля, моркови и горошка зеленого с растительным маслом
Соль поваренная пищевая йодированная, Масло подсолнечное, Зелень петрушки свежая, Огурцы консервированные ДП, Морковь столовая свежая, Лук зеленый свежий, Горошек зеленый консервы, Картофель продовольственный.					
2	3.6	10.8	82	200	Борщ с капустой и картофелем
Коренья петрушки сушеные, Зелень петрушки свежая, Кислота лимонная, Коренья петрушки сушеные, Свекла столовая свежая, Сметана с м.д.ж. 15%, Соль поваренная пищевая йодированная, *Вода питьевая, Сахар белый кристаллический, Масло сладко-сливочное "Традиционное" с м.д.ж. 82,5%, Паста томатная, Лук репчатый свежий, Морковь столовая свежая, Картофель продовольственный, Капуста белокочанная свежая					
12.411	5.775	6.699	128.70	70	Суфле из печени
Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая йодированная, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Мука пшеничная высшего сорта, Молоко ультрапастеризованное ДП с м.д.ж. 3,2%, Печень говяжья - заморож. субпродукт для произв. прод-в ДП.					
3.61	4.47	19.28	133.46	100	Изделия макаронные группы А отварные
Макаронные изд. группы "А" (фигурные), Соль поваренная пищевая йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" с м.д.ж. 82,5%					
0.36	0.08	15.12	62.64	200	Компот из плодов свежих (апельсины)
Апельсины свежие, Сахар белый кристаллический, *Вода питьевая					
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта
Батон Нарезной Детский обогащ. вит. и минералами для ДП					
1.32	0.22	8.2	40	20	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной
Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке, Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.					
22	19	75	558		

#### Полдник

4.175	3.09	18.7	123.31	50	Оладьи
Масло сладко-сливочное "Традиционное" с м.д.ж. 82,5%, Мука пшеничная высшего сорта, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Молоко ультрапастеризованное ДП с м.д.ж. 3,2%, Дрожжи хлебопекарные сушеные, Сахар белый кристаллический, Соль поваренная пищевая йодированная					
0.018	0.006	4.425	18.189	30	Соус клюквенный
Клюква быстрозамороженная, *Вода питьевая, Сахар белый кристаллический, Крахмал картофельный					
5.22	5.76	7.2	106.2	180	Кефир
Кефир с м.д.ж. 3,2% ДП, Кефир с м.д.ж. 3,2% ДП					
0	0	9.98	39.9	10	Сахар
Сахар белый кристаллический.					
9	9	41	286		

#### Ужин

10.26	6.066	44.334	299.77	180	Пудинг пшеничный
Соль поваренная пищевая йодированная, Сахар белый кристаллический, Масло сладко-сливочное "Традиционное" с м.д.ж. 82,5%, Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Сухари панировочные из хлебных сухарей в-сорта, Сметана с м.д.ж. 15%, *Вода питьевая, Молоко ультрапастеризованное ДП с м.д.ж. 3,2%, Крупа пшено шлифованное, Крупа пшено шлифованное					
0.171	0.009	19.883	78.5	30	Соус абрикосовый
Сахар белый кристаллический, *Вода питьевая, Абрикосы сушеные бл (курага)					
0	0	9.98	39.9	200	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 1 сорта
Батон Нарезной Детский обогащ. вит. и минералами для ДП					
0.142	0	14.952	60.376	20	Зефир
Зефир ванильный (20гр)					
12	6	99	527		