

" 01 "
 М.П.Белков,
 04 июня 2018 г.

04 Июня 2018 г.

Меню для родителей ГБОУ ШКОЛА №2200(158)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	Сыр полутвердый Сыр "Костромской" с м.д.ж. 45% полутвердый.
8.065	9.1	24.8	216.4	250	Вермишель отварная в молоке эсидкая Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сахар белый кристаллический, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Молоко ультрапастеризованное ДП, Вода питьевая, Макароны изд. группа "А" (вермишель)
0	0	8.982	35.91	180	Чай с сахаром Вода питьевая, Сахар белый кристаллический, Чай Черный
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.
12	12	44	334		

Второй завтрак

0	0	0	0	300	Вода питьевая высшей категории (на весь день) Вода питьевая природная высшей категории качества ДП, 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

0.822	6.054	4.992	78.348	60	Салат из отварной свеклы с растительным маслом Свекла столовая свежая, Кислота лимонная, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная
2.42	2.28	15.84	94.54	200	Суп картофельный на мясном бульоне Лук репчатый свежий, Морковь столовая свежая, Картофель поздний свежий продовольственный, Бульон мясной, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная
9.258	5.496	2.364	96.336	60	Гуляш из мяса отварного П-Ф мясные из говядины заморож. ДП, Тазобедренная часть, П-Ф мясные из говядины заморож. ДП, Тазобедренная часть, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Паста томатная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Мука пшеничная высший сорт, Бульон мясной, Зелень петрушки свежая, Морковь столовая свежая, Лук репчатый свежий
5.7	3.7	27.6	186	100	Каша гречневая рассыпчатая Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Вода питьевая, Крупа гречневая ядрица быстрорастворивающаяся
0.18	0	17.26	69.76	200	Компот из плодов быстрозамороженных (смородина) Вода питьевая, Сахар белый кристаллический, Смородина черная быстрозамороженная
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.
21	18	86	593		

Полдник

7.3	4.765	6.38	101.52	50	Суфле творожное запеченное Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Сахар белый кристаллический, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Молоко ультрапастеризованное ДП, Мука пшеничная высший сорт, Творог 9% жирн.
0.024	0	7.692	30.441	30	Соус сладкий из джема Крахмал картофельный, Сахар белый кристаллический, Джем фруктовый стерилизованный, Вода питьевая, Кислота лимонная
5.22	4.5	7.56	97.2	180	Ряженка Ряженка с м.д.ж. 2,5% ДП
0	0	9.98	39.9	10	Сахар 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.
14	9	41	317		

Ужин

0.882	4.842	5.514	69.162	60	Икра овощная собственного производства (из моркови) Морковь столовая свежая, Лук репчатый свежий, Паста томатная, Масло подсолнечное, Кислота лимонная, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сахар белый кристаллический.
16.23	6.96	27.675	242.49	150	Запеканка картофельная с печенью Картофель поздний свежий продовольственный, Картофель поздний свежий продовольственный, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сухари панировочные из хлебных сухарей в-сорта, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Лук репчатый свежий, Печень говяжья - заморож. субпродукт для произв. прод-в ДП, Картофель поздний свежий продовольственный.
0.046	0.006	10.13	41.55	200/5	Чай с лимоном Лимоны свежие, Сахар белый кристаллический, Вода питьевая, Чай Черный
1.32	0.22	8.2	40	20	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной Хлеб "Дарницкий" формовой в нарезке.
1.6	2.84	13.84	85.4	20	Печень