

05 Июня 2018 г.

Меню для родителей ГБОУ ШКОЛА №2200(158)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 жидкая на молоке Дружба Крупа пшено шлифованное, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сахар белый кристаллический., Крупа рисовая шлифованная, Молоко ультрапастеризованное ДП, *Вода питьевая, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%
2.952	3.096	13.356	94.068	180	Какао с молоком Какао-порошок, Молоко ультрапастеризованное ДП, Сахар белый кристаллический., *Вода питьевая
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
9	15	43	347		

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	0.3	10.3	47	100	Фрукты и ягоды свежие (Груши) Груши свежие.
0	0	10	47		

Обед

0.513	6.117	4.77	76.185	60	Салат из отварной моркови с яблоками с растительным маслом Морковь столовая свежая, Яблоки свежие, Морковь столовая свежая, Масло подсолнечное, Сахар белый кристаллический.
2	3.6	9.2	78	200	Щи из капусты свежей с картофелем Сметана с м.д.ж. 15%, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Коренья петрушки сушеные, Лук репчатый свежий, Лук репчатый свежий, Морковь столовая свежая, Картофель поздний свежий продовольственный, Капуста белокочанная свежая, *Вода питьевая
6.531	4.039	5.572	98.959	70	Тефтели рыбные с соусом собственного производства Паста томатная, *Вода питьевая, Сметана с м.д.ж. 15%, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Мука пшеничная высшего сорта, Лук репчатый свежий, Молоко ультрапастеризованное ДП, Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной., Филе трески (без кожи) мороженой п-ф для ДП, Лук репчатый свежий
3.9	3.1	9.41	81	100	Пюре картофельное Картофель поздний свежий продовольственный, Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Молоко ультрапастеризованное ДП, Картофель поздний свежий продовольственный, Картофель поздний свежий 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 1 сорта 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	17	70	514		

Полдник

5.008	4.72	15.128	123.02	80	Макаронны, запеченные с сыром Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сыр "Костромской" с м.д.ж. 45%, полутвердый., Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Макароны изд. группы "А" (фигурные)
0.2	0.04	18.54	75.64	200	Кисель из ягод свежемороженых (смородина) *Вода питьевая, Смородина черная быстрозамороженная, Крахмал картофельный, Сахар белый кристаллический.
1.6	0.2	9.82	47.6	20	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
0.142	0	14.952	60.376	20	Зефир Зефир ванильный (20гр)
7	5	58	307		

Ужин

17.2	10.24	20.57	249.36	100	Сырники из творога собственного производства Яйца куриные пищевые "Диетические-1", Соль поваренная пищевая выварочная йодированная, Сахар белый кристаллический., Масло сладко-сливочное "Традиционное" в-с м.д.ж 82,5%, Мука пшеничная высшего сорта, 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 "Растушка" 1-110 ДП
1.54	1.62	12.42	70.42	200	Чай с молоком Чай Черный, Сахар белый кристаллический., Молоко ультрапастеризованное ДП, *Вода питьевая
3.2	0.4	19.64	95.2	40	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной из муки 1 сорта Батон простой из пш. муки первого сорта нарезной.
28	18	83	606		