

МЕНЮ
3 сентября 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,09	2,99	21,14	129,15	0,60
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* крупа ячневая, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	1,92	9,94	17,53	164,53	0,00
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,10	3,31	15,79	108,97	0,71
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	31/10	2,51	8,17	16,99	152,92	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	51	3,93	1,38	27,44	140,25	0,00
Итого			401	11,70	14,47	53,92	391,04	1,31
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	24,00
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,50
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) витаминизированный, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	50	0,19	0,00	1,01	4,83	0,04
Итого			200	0,60	0,60	19,55	90,00	29,00
Обед								
1996	№60 ТТК	* ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (* картофель, * свекла, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	65	1,09	6,45	6,24	86,40	3,06
1996	№60-ТТК	* ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ БЕЗ СВЕКЛЫ (аллергики) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	70	1,17	6,93	6,61	92,61	3,15
1997	174	*СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ,ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана обезжиренная, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	200/5	2,71	5,27	8,18	92,36	6,41
2017	19	*СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ,ГОВЯДИНОЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики) (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	200/4	3,41	2,98	12,56	91,21	7,22
1996	425	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	80	14,43	13,91	10,95	227,59	10,14
1996	425	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	80	14,52	14,77	11,27	237,08	10,19
1996	273 469	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * соль йодированная, **масло сладко-сливочное несоленое)	125	4,33	3,51	29,55	169,73	0,00
1996	469	* РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	130	4,04	5,28	27,74	177,07	0,00
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,05	0,09	5,57	24,01	1,03
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	33	2,18	0,36	14,70	67,90	0,00
Итого			688	24,79	29,59	75,19	667,99	20,64
Полдник								
1996	297 ТТК	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (* творог 5.0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * сухари панировочные)	160	20,33	12,06	26,32	294,34	0,39
1996	221	* КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ (аллергики) (* картофель, вода питьевая, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	155	4,17	8,49	30,49	214,05	13,20
1996	550	* СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (* молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * сахар песок, *ванилин)	25	0,48	1,24	3,22	25,87	0,06
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (аллергики) (* мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	25	0,10	0,98	0,69	11,96	0,00
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,16	0,00	1,97	8,51	0,03
Итого			365	20,97	13,30	31,51	328,72	0,48
Всего				58,06	57,96	180,17	1 477,75	51,43