

МЕНЮ

19 июня 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (* пшено, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,48	2,95	23,27	138,21	0,49
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* пшено, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/5	5,05	7,68	21,27	171,55	0,49
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,16	0,00	4,87	20,12	0,03
1997	1	* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2 СОРТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (*хлеб круглый пшеничный 2 сорт, **масло сладко-сливочное несоленое)	49/10	3,79	7,71	25,52	188,74	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2 СОРТ (аллергии) (*хлеб круглый пшеничный 2 сорт)	60	4,56	0,60	31,38	151,80	0,00
Итого			419	9,43	10,66	53,66	347,07	0,52
II Завтрак								
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,00
Итого			200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
Обед								
1996	110	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ (* свекла, * капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * лимонная кислота, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана обережье, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	200/15	5,44	7,72	9,84	135,84	6,39
1996	120	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНО, БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергии) (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	200/15	5,29	6,16	7,17	110,64	10,44
1996	330	* ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (* рыба горбуша филе, * лук репчатый, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	100	18,03	15,42	7,57	240,11	1,14
1996	330	* ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ БЕЗ МОЛОКА (аллергии) (*рыба хек филе обешкуренная, * лук репчатый, вода питьевая, * крахмал картофельный, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	105	15,81	11,75	10,06	198,99	0,99
1996	215 553	* РАГУ ОВОЩНОЕ (* картофель, * морковь, * капуста белокочанная, * лук репчатый, **масло сладко-сливочное несоленое, * сметана обережье, * мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, * соль йодированная)	150	3,08	6,71	18,27	146,83	12,02
1996	215 553	* РАГУ ОВОЩНОЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергии) (* картофель, * морковь, * капуста белокочанная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	155	3,05	6,25	20,03	149,54	13,43
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	70	0,49	0,07	1,75	9,80	7,00
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С БАНАНОМ, ВИТАМИНОМ С (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, * банан, аскорбиновая кислота)	180	0,42	0,13	12,59	53,61	50,77
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С БАНАНОМ (аллергии) (* виноград сушеный (изюм), * банан, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,42	0,13	9,64	41,78	0,76
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	36	2,40	0,40	16,19	74,80	0,00
Итого			751	29,86	30,45	66,21	660,99	77,32
Полдник								
2003	ТТК	* БУЛОЧКА «ТВОРОЖНАЯ» (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * творог 5,0% жирности, * дрожжи, * соль йодированная, *ванилин, * масло подсолнечное рафинированное)	50	5,59	2,60	25,94	149,38	0,06
2008	467	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая)	50	3,53	9,10	31,05	220,34	0,00
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	201	5,23	5,02	22,11	154,76	1,41
2010	80	* ОВОЩНОЕ ПЮРЕ (аллергии) (* пюре овощное сады придонья)	120	0,00	0,00	5,40	24,00	1,92
Итого			251	10,82	7,62	48,05	304,14	1,47
Всего				50,11	48,73	190,92	1 404,20	91,31