

МЕНЮ

21 июня 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	284 285	* ОМЛЕТ С СЫРОМ (* яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * сыр костромской, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	130	15,29	18,34	2,14	236,72	0,36
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* пшено, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/6	2,31	6,36	16,98	131,94	0,00
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	67	0,47	0,07	1,68	9,39	6,71
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,15	3,35	15,87	109,79	0,72
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* 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)	41/5	3,18	4,60	21,97	143,91	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергии) (* батон нарезной йодированный)	46	3,54	1,24	24,75	126,50	0,00
Итого			423	23,09	26,36	41,66	499,81	7,79
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	193	0,77	0,77	18,95	90,90	30,95
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	194	0,78	0,58	19,98	91,18	9,70
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) вишока, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	50	0,19	0,00	1,01	4,83	0,04
Итого			243	0,77	0,77	23,80	110,40	35,95
Обед								
1996	139/3	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РОЖКАМИ И КУРОЙ (* картофель, * макаронные изделия высш.сорт, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыпята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/18	5,91	5,56	16,18	139,10	5,49
1996	139/3	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РОЖКАМИ,СВИНИНОЙ (аллергии) (* картофель, * макаронные изделия высш.сорт, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр.свинина лопатка д/п)	200/15	6,19	6,58	17,72	172,57	5,89
2008	272	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА (* полуфабр.свинина лопатка д/п, * батон нарезной йодированный, * лук репчатый, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	70	9,98	13,48	11,49	242,18	0,33
2008	272	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА,БЕЗ МОЛОКА (аллергии) (* полуфабр.свинина лопатка д/п, * батон нарезной йодированный, * лук репчатый, вода питьевая, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	70	9,68	13,20	11,26	237,43	0,27
2008	272	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии) (* полуфабр.говяд. д/п, * лук репчатый, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	70	10,23	9,07	11,55	178,58	0,33
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, **масло сладко-сливочное несоленое, * морковь, * лук репчатый, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	160	3,69	4,57	15,62	120,33	33,23
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ БЕЗ ТОМАТА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ(аллергии) (* капуста белокочанная, * масло подсолнечное рафинированное, * морковь, * лук репчатый, * сахар песок, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	160	3,64	6,02	15,86	134,42	33,66
2008	439	* НАПИТОК ИЗ ПОВИДЛА (* повидло, вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок)	180	0,00	0,00	14,14	55,84	0,04
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (аллергии) (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,06	0,10	3,75	17,04	1,20
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	42	2,74	0,46	18,52	85,52	0,00
Итого			670	22,32	24,07	75,95	642,97	39,09
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ (* пряники заварные)	57	4,46	4,23	17,54	218,46	0,00
2016	106	* СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая)	65	4,93	6,35	37,74	227,93	0,00
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,17	0,00	5,45	22,52	0,04
Итого			257	4,63	4,23	22,99	240,98	0,04
Всего				50,81	55,43	164,40	1 494,16	82,87