

МЕНЮ

24 июня 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ 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 ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,81	2,86	30,47	165,44	0,49
1966	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* пшено, * крупа рисовая, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	3,32	10,33	28,12	213,35	0,00
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,06	3,28	15,73	108,29	0,70
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)	30/10	2,41	7,87	16,28	146,93	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	40	3,08	1,08	21,52	110,00	0,00
Итого			400	12,28	14,01	62,48	420,66	1,19
II Завтрак								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	170	5,20	4,34	8,15	91,89	0,93
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	170	0,68	0,51	17,51	79,90	8,50
Итого			170	5,20	4,34	8,15	91,89	0,93
Обед								
1996	75	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (* свекла, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	80	1,22	5,52	7,81	85,90	3,55
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики) (* огурцы парниковые)	79	0,55	0,08	1,98	11,09	7,92
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С МЯСОМ (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * полуфабр. свинина лопатка д/п, * петрушка сушеная)	200/10	4,30	4,96	12,27	123,31	0,50
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * полуфабр.говяд. д/п, * петрушка сушеная)	200/10	4,38	3,56	12,29	103,10	0,60
2010	64	* «ЕЖИКИ» МЯСНЫЕ (* полуфабр.говяд. д/п, * полуфабр.свинина лопатка д/п, вода питьевая, * яйца куриные (шт.), * крупа рисовая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт)	75/75	9,58	9,70	14,12	201,21	1,80
2007	ТТК	* «ЕЖИКИ» ИЗ СВИНИНЫ И ГОВЯДИНЫ, БЕЗ ЯЙЦА, ТОМАТА (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, * полуфабр.свинина лопатка д/п, вода питьевая, * заменитель яйца, * крупа рисовая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт)	75/75	8,39	9,97	14,02	197,77	0,90
2010	ТТК	* «ЕЖИКИ» ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, вода питьевая, * яйца куриные (шт.), * крупа рисовая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт)	75/75	9,71	7,66	14,17	172,00	1,82
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	160	3,68	4,84	21,09	142,64	9,83
1996	472, ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ БЕЗ МОЛОКА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* картофель, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	155	2,21	5,30	18,02	128,75	9,12
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,22	0,05	11,22	46,61	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (* батон нарезной йодированный)	25	1,93	0,68	13,45	68,75	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,95	78,28	0,00
Итого			843	23,44	26,17	96,91	746,70	15,68
Полдник								
1996	297 ТТК	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (* творог 5,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, *ванилин, **масло сладко-сливочное несоленое, * сухари панировочные, * повидло)	155/15	19,01	11,18	35,84	318,40	0,45
2010	48	РЫБА ХЕК (ФИЛЕ), ТУШЕННАЯ БЕЗ ТОМАТА, С ОВОЩАМИ (аллергики) (*рыба хек филе обезжиренная, * масло подсолнечное рафинированное, * морковь, вода питьевая, * лук репчатый, * соль йодированная)	100/100	21,13	12,45	5,59	207,51	2,17
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) витаминизированный, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	110	0,16	0,00	0,03	0,77	0,03
Итого			330	19,17	11,18	40,72	338,67	5,48
Всего				60,09	55,70	208,26	1 597,92	23,28