

МЕНЮ

26 июня 2024 г.
Ясли 10 часов

Сборник рецептов	№ 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)	150	4,63	2,51	19,50	116,37	0,42
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* пшено, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	2,31	10,24	16,98	166,82	0,00
1997	762 ТТК	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,05	3,28	15,57	107,57	0,70
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 2 СОРТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (*хлеб круглый пшеничный 2 сорт, **масло сладко-сливочное несоленое)	28/5	2,18	3,95	14,75	104,53	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2 СОРТ (аллергии) (*хлеб круглый пшеничный 2 сорт)	40	3,04	0,40	20,92	101,20	0,00
Итого			363	10,86	9,74	49,82	328,47	1,12
II Завтрак								
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (аллергии) (* яблоки)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	32,00
Итого			200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
Обед								
1996	193	* СВЕКСЛЬНИК С КУРОЙ,СО СМЕТАНОЙ (* свекла, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * томатная паста, вода питьевая, * лимонная кислота, * соль йодированная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * сметана обезжиренная, * петрушка сушеная)	150/10	3,57	6,02	9,74	107,54	4,36
1996	193	* СВЕКСЛЬНИК С КУРОЙ,БЕЗ СМЕТАНЫ,ТОМАТА (аллергии) (* свекла, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * лимонная кислота, * соль йодированная, вода питьевая, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	155/10	3,56	5,05	9,92	99,39	5,00
1996	324 ТТК	* КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (*рыба минтай филе, *хлеб круглый пшеничный 2 сорт, вода питьевая, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	70	10,17	4,00	9,46	116,71	0,09
2004	216	* КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	130	2,84	7,88	20,61	165,35	10,47
2004	216	* КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	130	2,58	10,16	19,79	181,56	9,80
1996	таб№ 24	* КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (* кукуруза консервы)	40	0,79	0,00	4,31	19,58	1,62
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии) (* огурцы парниковые)	40	0,28	0,04	0,99	5,54	3,96
1996	588 ТТК	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С (* сухофрукты (смесь), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	150	0,28	0,04	7,68	32,77	35,14
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергии) (* сухофрукты (смесь), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	150	0,28	0,04	7,68	32,77	0,14
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	29	1,94	0,32	13,10	60,51	0,00
Итого			579	19,59	18,26	64,90	502,46	51,68
Полдник								
2016	311	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (* говяжья печень, * крупа рисовая, * лук репчатый, **масло сладко-сливочное несоленое, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная)	60	7,84	3,14	8,88	93,92	5,57
2016	311	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ,БЕЗ ЯЙЦА,С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* говяжья печень, * крупа рисовая, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * крахмал картофельный, * соль йодированная)	60	7,26	3,36	9,88	97,60	5,53
2016	106	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая, * яйца куриные (шт.), * масло подсолнечное рафинированное)	30	2,38	1,50	17,27	92,16	0,00
2016	106	* СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая)	30	2,33	4,13	17,04	114,65	0,00
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	158	4,12	3,96	17,42	121,96	1,11
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (аллергии) (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,06	0,10	3,75	17,04	1,20
		* ШОКОЛАД (* шоколад "алёнка")	15	1,08	4,95	8,67	83,61	0,00
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (аллергии) (* яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00
Итого			263	15,42	13,55	52,24	391,65	6,68
Всего				45,87	41,55	189,96	1 314,58	71,48