

МЕНЮ
2 декабря 2024 г.
Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1996	255 ТТК	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	180	8,03	3,35	35,20	204,14	0,50
1996	255 ТТК	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ БЕЗ МОЛОКА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	5,00	10,65	29,99	237,11	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	15,78	108,90	0,71
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (* батон нарезной)	38	2,94	1,11	19,11	98,81	0,00
Итого			398	15,07	7,77	70,09	411,85	1,21
II Завтрак								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	151	4,63	3,85	7,25	81,72	0,83
1996	табл № 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,50
Итого			151	4,63	3,85	7,25	81,72	0,83
Обед								
1996	128/3	* РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * полуфабр. свинина окорок д/п, * петрушка сушеная)	200/13	5,42	7,17	12,07	133,94	8,43
1996	128	* РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СВИНИНОЙ, БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергии) (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/13	5,23	5,84	12,28	122,28	9,24
1996	128/3	* РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ (аллергии) (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * полуфабр. говяд. д/п, * петрушка сушеная)	200/15	6,59	4,84	12,00	116,88	8,50
2004	465	* ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА (* говяжья печень, * крупа рисовая, * вода питьевая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.), * *масло сладко-сливочное несоленое, * мука пшеничная высш. сорт)	60/60	7,42	10,71	11,35	170,07	4,49
2004	465	* ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* говяжья печень, * крупа рисовая, * вода питьевая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш. сорт)	60/60	7,87	11,21	11,42	176,81	5,87
2004	217 600	* КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, * вода питьевая, * соль йодированная)	160	3,43	9,73	25,48	203,76	11,69
2004	216	* КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (аллергии) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	160	3,18	13,18	24,44	229,84	12,08
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок)	180	0,07	0,11	5,80	25,47	1,35
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,94	78,24	0,00
Итого			711	18,85	28,14	71,64	611,48	25,96
Полдник								
1997	23	* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (* сыр белорусское золото)	10	2,50	2,70	0,00	34,01	0,07
1996	357	* СВИНИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * соль йодированная, * морковь, * лук репчатый)	10	2,18	2,46	0,13	31,72	0,05
1996	320	* РЫБА ГОРБУША (ФИЛЕ), ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (* рыба горбуша филе, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, * соль йодированная, * *масло сладко-сливочное несоленое)	70	13,43	7,50	2,41	131,34	0,24
1996	320	* СВИНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	80	15,23	20,01	3,31	255,87	0,05
1996	310	* РЫБА МИНТАЙ (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ (аллергии) (* рыба минтай филе, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш. сорт, * соль йодированная)	70	16,14	4,65	2,74	122,48	0,17
1996	табл № 24	* ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ (* томаты парниковые)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	12,50
1996	591	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., * вода питьевая, * сахар песок)	100	0,00	0,00	15,97	63,37	0,00
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) витошка, * 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)	100	0,10	0,00	2,92	12,10	0,02
		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (* батон нарезной)	19	1,45	0,55	9,46	48,92	0,00
Итого			299	17,93	10,85	34,59	309,14	17,81
Всего				56,48	50,61	183,57	1 414,19	45,81