

# МЕНЮ

10 декабря 2024 г.  
Сад 10 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
1996	262 ТТК	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* крупа пшеничная, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	4,80	2,55	19,73	120,91	0,50
1996	262 ТТК	*КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* крупа пшеничная, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/5	2,21	5,10	16,92	122,28	0,00
1996	642 ТТК	* КАКАО - НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ, С МОЛОКОМ (* какао - напиток с витаминами, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	200	3,81	2,98	14,58	100,04	9,16
1996	627 ТТК 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,37	22,25	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	35	2,70	0,95	18,87	96,47	0,00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,31</b>	<b>6,48</b>	<b>53,18</b>	<b>317,42</b>	<b>9,66</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	таб№ 24	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	231	3,46	1,15	48,50	221,70	23,09
<b>Итого</b>			<b>231</b>	<b>3,46</b>	<b>1,15</b>	<b>48,50</b>	<b>221,70</b>	<b>23,09</b>
<b>Обед</b>								
1996	138	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С КУРОЙ (* картофель, * горох лущеный, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыпленка потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/10	6,61	4,15	15,10	124,33	3,86
1996	138	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, СВИНИНОЙ (аллергии) (* картофель, * горох лущеный, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/10	8,00	7,17	17,37	166,61	4,51
1996	387 553	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * томатная паста)	40/40	10,90	8,32	5,61	141,23	8,12
1996	387 553	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ БЕЗ СМЕТАНЫ, ТОМАТА (аллергии) (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * мука пшеничная высш. сорт, * морковь)	40/40	10,61	6,99	5,20	126,45	7,81
1996	463 таб№ 4	* РИС ОТВАРНОЙ (* крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, **масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,12	3,31	34,17	170,32	0,00
1996	463 таб№ 4	* РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, * крупа рисовая, вода питьевая)	130	3,09	5,11	34,11	186,16	0,00
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	50	0,35	0,05	1,25	7,00	5,00
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,07	0,11	5,78	25,33	1,32
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	25	1,93	0,68	13,48	68,93	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,53	0,42	17,08	78,91	0,00
<b>Итого</b>			<b>713</b>	<b>25,51</b>	<b>17,04</b>	<b>92,47</b>	<b>616,05</b>	<b>18,30</b>
<b>Полдник</b>								
1996	685 695 734	* ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности, * творог 5,0% жирности, * ванилин)	75	8,50	4,55	32,34	204,46	0,14
1996	665 695 735	* ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ГРУШЕЙ, БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * груша)	75	4,15	9,26	38,44	254,09	0,60
1996	645	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	189	4,90	4,72	20,75	145,23	1,32
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (аллергии) (* слива сушеная (чернослив), * сахар песок, вода питьевая)	180	0,40	0,13	27,46	114,37	0,22
<b>Итого</b>			<b>264</b>	<b>13,40</b>	<b>9,27</b>	<b>53,09</b>	<b>349,69</b>	<b>1,46</b>
<b>Всего</b>				<b>53,68</b>	<b>33,94</b>	<b>247,24</b>	<b>1 504,86</b>	<b>52,51</b>