

## МЕНЮ

12 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
1996	262 ТТК	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* крупа пшеничная, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	4,82	2,57	19,72	121,00	0,50
1996	262 ТТК	*КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* 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	3,83	3,00	14,61	100,35	9,16
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,37	22,25	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	33/5	2,59	5,08	17,95	129,46	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	38	2,93	1,03	20,44	104,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>418</b>	<b>11,24</b>	<b>10,65</b>	<b>52,28</b>	<b>350,81</b>	<b>9,66</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	таб№ 24	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	202	3,03	1,01	42,41	193,88	20,20
<b>Итого</b>			<b>202</b>	<b>3,03</b>	<b>1,01</b>	<b>42,41</b>	<b>193,88</b>	<b>20,20</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 цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/10	6,60	4,15	15,08	124,24	3,84
1996	138	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, СВИНИНОЙ (аллергики) (* картофель, * горох лущеный, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * 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)	60/60	16,29	12,35	8,26	209,88	12,06
1996	387 553	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ БЕЗ СМЕТАНЫ, ТОМАТА (аллергики) (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * мука пшеничная высш. сорт, * морковь)	60/60	15,79	9,98	7,42	183,20	11,66
1996	463 таб№ 4	* РИС ОТВАРНОЙ (* крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное традиционное)	130	3,12	3,97	34,15	176,17	0,00
1996	463 таб№ 4	* РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * крупа рисовая, * соль йодированная)	130	3,09	5,11	34,11	186,16	0,00
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	70	0,49	0,07	1,75	9,80	7,00
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,06	0,11	6,25	27,14	1,29
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	24	1,83	0,64	12,79	65,38	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	37	2,43	0,40	16,42	75,85	0,00
<b>Итого</b>			<b>771</b>	<b>30,82</b>	<b>21,69</b>	<b>94,70</b>	<b>688,46</b>	<b>24,19</b>
<b>Полдник</b>								
1996	685 695 734	* ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло сливочное традиционное, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности, * творог 5,0% жирности, * ванилин)	75	8,28	4,10	33,43	203,56	0,13
1996	665 695 735	* ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ГРУШЕЙ, БЕЗ ЯЙЦА (аллергики) (* 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)	166	4,31	4,14	18,22	127,57	1,16
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (аллергики) (* слива сушеная (чернослив), * сахар песок, вода питьевая)	180	0,40	0,13	27,46	114,37	0,22
<b>Итого</b>			<b>241</b>	<b>12,59</b>	<b>8,24</b>	<b>51,65</b>	<b>331,13</b>	<b>1,29</b>
<b>Всего</b>				<b>57,68</b>	<b>41,59</b>	<b>241,04</b>	<b>1 564,28</b>	<b>55,34</b>