

**МЕНЮ**  
12 декабря 2024 г.  
Сад 10 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
1996	161	* СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * макаронные изделия (вермишель), **масло сладко-сливочное несоленое, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,68	4,86	18,33	140,22	0,75
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ (аллергики) (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * петрушка сушеная)	200	2,28	4,12	15,15	108,17	1,10
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,77	3,68	21,10	136,16	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 сливочное традиционное)	36/5	2,83	5,22	19,61	138,52	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	47	3,62	1,27	25,29	129,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>13,28</b>	<b>13,76</b>	<b>59,04</b>	<b>414,90</b>	<b>1,45</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	135	0,54	0,54	13,23	63,45	21,60
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	135	0,54	0,41	13,91	63,45	6,75
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 (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	50	0,10	0,00	1,48	6,30	0,02
<b>Итого</b>			<b>185</b>	<b>0,54</b>	<b>0,54</b>	<b>18,08</b>	<b>82,95</b>	<b>26,60</b>
<b>Обед</b>								
1996	131 114	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр.свинина окорок д/п, * яйца куриные (шт.), * петрушка сушеная)	200/15	4,79	5,48	15,53	131,16	7,76
1996	131 114	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ БЕЗ ЯЙЦА (аллергики) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр.свинина окорок д/п, * петрушка сушеная)	200/15	4,65	5,27	15,81	129,94	8,45
1996	131 114	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* картофель, * лук репчатый, * морковь, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * полуфабр.говяд. д/п, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * петрушка сушеная)	200/15	5,24	3,38	15,51	113,59	7,83
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ (* полуфабр.свинина окорок д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт, * сметана 15% жирности, * соль йодированная)	70	8,95	15,60	3,80	192,69	0,68
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики) (* полуфабр.свинина окорок д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, * соль йодированная)	50/50	13,00	19,86	4,68	251,33	0,98
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт, * сметана 15% жирности, * соль йодированная)	35/35	10,95	9,44	3,84	144,05	0,69
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, **масло сладко-сливочное несоленое, * морковь, * лук репчатый, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	130	3,02	3,68	12,72	97,75	27,53
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* капуста белокочанная, * масло подсолнечное рафинированное, * морковь, * лук репчатый, * сахар песок, * соль йодированная, * мука пшеничная высш.сорт)	130	2,88	5,03	12,44	108,17	26,96
1996	Таб№ 24	* ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* томаты парниковые)	60	0,66	0,12	2,28	14,39	14,99
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики) (* огурцы парниковые)	59	0,42	0,06	1,49	8,32	5,94
1996	91 ТТК	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок)	180	0,60	0,04	10,79	46,39	0,19
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,94	78,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>693</b>	<b>20,53</b>	<b>25,34</b>	<b>62,06</b>	<b>560,63</b>	<b>51,15</b>
<b>Полдник</b>								
2002	86	* САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С ЯЙЦОМ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * огурцы парниковые, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.))	150/30	6,27	18,23	15,12	249,80	8,13
2002	86	* САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ БЕЗ ЯЙЦА (аллергики) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * огурцы парниковые, * масло подсолнечное рафинированное)	180	2,98	17,35	17,45	238,23	9,56
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок фруктовый для детского питания (125мл))	125	0,00	0,00	15,00	60,00	2,50
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	125	0,50	0,38	12,88	58,75	6,25
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	26	2,00	0,70	13,98	71,48	0,00
<b>Итого</b>			<b>331</b>	<b>8,27</b>	<b>18,93</b>	<b>44,10</b>	<b>381,28</b>	<b>10,63</b>
<b>Всего</b>				<b>42,62</b>	<b>58,57</b>	<b>183,28</b>	<b>1 439,76</b>	<b>89,83</b>