

МЕНЮ
14 ноября 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		
Завтрак								
1996	161	* СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * макаронные изделия (вермишель), * масло сливочное традиционное, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,61	5,07	18,25	141,42	0,74
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЮ (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	4,71	3,63	21,00	135,13	0,69
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)	35/5	2,73	5,13	18,87	134,18	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	45	3,47	1,22	24,21	123,75	0,00
Итого			400	13,05	13,83	58,12	410,73	1,43
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	128	0,51	0,51	12,54	60,16	20,48
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	128	0,51	0,38	13,18	60,16	6,40
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) вишока, 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
Итого			178	0,51	0,51	17,39	79,66	25,48
Обед								
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)	200/20	5,72	6,53	15,57	144,71	7,79
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)	200/25	6,54	7,42	15,87	157,27	8,48
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)	200/25	7,43	4,11	15,56	129,18	7,87
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	15,61	3,80	192,85	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	9,50	3,82	144,58	0,69
1996	482	*КАПУСТА ТУШЕНАЯ (* капуста белокочанная, * масло сливочное традиционное, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	130	3,02	4,39	12,72	104,11	27,57
1996	482	*КАПУСТА ТУШЕНАЯ 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	14,41	15,01
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 (* сахар песок, * лимонная кислота, вода питьевая, * сушеные абрикосы без косточки (курага))	180	0,60	0,04	10,76	46,28	0,19
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,96	78,35	0,00
Итого			698	21,46	27,11	62,09	580,71	51,24
Полдник								
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.))	150/20	5,04	17,12	15,07	234,65	8,14
2002	86	* САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ БЕЗ ЯЙЦА (аллергики) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * огурцы парниковые, * масло подсолнечное рафинированное)	185	3,05	17,85	18,02	245,23	9,85
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)	25	1,93	0,68	13,45	68,75	0,00
Итого			320	6,97	17,80	43,52	363,40	10,64
Всего				41,99	59,25	181,12	1 434,50	88,79