

МЕНЮ

15 мая 2025 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
1996	262 ТТК	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (* крупа манная, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	4,76	2,64	20,46	124,45	0,53
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергики) (* крупа кукурузная, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	1,99	9,98	20,92	181,92	0,00
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* сахар песок, вода питьевая, * кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности)	185	4,22	3,40	16,24	112,11	0,73
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	185	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	30/5	2,36	4,44	16,21	115,65	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	35	2,70	0,95	18,83	96,25	0,00
Итого			400	11,34	10,48	52,91	352,21	1,26
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	156	0,62	0,62	15,28	73,28	24,95
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	155	0,62	0,47	15,97	72,85	7,75
Итого			156	0,62	0,62	15,28	73,28	24,95
Обед								
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРОЙ (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/35	9,11	8,52	12,27	163,34	0,90
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ СО СВИНИНОЙ (аллергики) (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/35	10,95	13,97	15,17	232,73	1,10
1996	300	РЫБА МИНТАЙ (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (*рыба минтай филе, * лук репчатый, * морковь, * соль йодированная)	95	17,98	1,02	0,53	83,66	0,43
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	85	1,97	2,66	11,23	76,77	5,22
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ БЕЗ МОЛОКА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергики) (* картофель, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	90	1,28	3,16	10,44	75,46	5,28
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, * морковь, * лук репчатый, * мука пшеничная высш. сорт, * томатная паста, * сахар песок, * соль йодированная, **масло сладко-сливочное несоленое)	65	1,57	1,93	6,50	50,44	13,91
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* капуста белокочанная, * лук репчатый, * сахар песок, * мука пшеничная высш. сорт, * масло подсолнечное рафинированное, * морковь, * соль йодированная)	65	1,44	3,00	6,31	58,72	13,12
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	59	0,41	0,06	1,48	8,28	5,91
1997	773 ТТК	* НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (* шиповник сухой, * сахар песок, вода питьевая)	180	0,30	0,13	6,16	32,53	39,60
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (аллергики) (* слива сушеная (чернослив), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,24	0,08	8,08	35,06	0,13
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	30	2,24	0,79	15,66	80,03	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	35	2,31	0,39	15,63	72,18	0,00
Итого			784	35,89	15,50	69,46	567,23	65,97
Полдник								
2010	107	* БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» (* мука пшеничная высш. сорт, **масло сладко-сливочное несоленое, * сахар песок, * виноград сушеный (изюм), * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая, * яйца куриные (шт.), * масло подсолнечное рафинированное)	50	3,86	2,71	28,92	155,58	0,00
2016	113	* БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, БЕЗ ЯЙЦА (аллергики) (* мука пшеничная высш. сорт, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * виноград сушеный (изюм), * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая)	55	3,78	5,27	29,83	181,91	0,00
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА, С ЛИМОНОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок, * лимон)	200/7	0,24	0,01	5,59	24,62	2,94
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,85	24,18	0,04
Итого			257	4,10	2,72	34,51	180,20	2,94
Всего				51,95	29,32	172,16	1 172,92	95,12