

МЕНЮ
15 ноября 2024 г.
Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1997	23	* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (* сыр белорусское золото)	20	5,00	5,40	0,00	68,01	0,14
1996	357	* СВИНИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * соль йодированная, * морковь, * лук репчатый)	20	5,06	5,73	0,13	73,05	0,05
1996	284	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (* яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	105	10,80	13,48	1,93	172,14	0,15
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* пшено, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	2,31	10,54	16,98	169,52	0,00
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	83	0,58	0,08	2,09	11,69	8,35
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	185	0,17	0,00	5,07	21,00	0,04
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	25	1,95	0,68	13,64	69,74	0,00
Итого			418	18,50	19,64	22,73	342,58	8,68
II Завтрак								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	148	4,52	3,76	7,08	79,85	0,81
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,50
Итого			148	4,52	3,76	7,08	79,85	0,81
Обед								
1996	120	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ, СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/7	3,05	4,99	7,32	87,04	9,88
1996	120	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ, БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергии) (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр. свинина окорок д/п, * петрушка сушеная)	200/7	3,16	4,06	6,65	76,51	10,05
1996	416	* ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ (* полуфабр. свинина окорок д/п, * лук репчатый, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло подсолнечное рафинированное, * сухари панировочные, * соль йодированная)	75	10,75	14,85	11,42	223,15	0,35
1996	416	* ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ БЕЗ МОЛОКА (аллергии) (* полуфабр. говяд. д/п, * полуфабр. свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, вода питьевая, * лук репчатый, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	75	10,74	13,77	11,33	212,63	0,30
1996	416	* ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии) (* полуфабр. говяд. д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук репчатый, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	75	12,27	8,58	11,71	172,37	0,36
1996	553	* СОУС СМЕТАННЫЙ (* сметана 15% жирности, * соль йодированная, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая)	40	0,71	2,96	2,08	37,82	0,02
1996	537	* СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (аллергии) (вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш. сорт, * соль йодированная)	40	0,20	1,96	1,37	23,92	0,00
1996	463 таб№ 4	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	130	7,57	4,93	39,45	234,43	0,00
1996	463 таб№ 4	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	130	7,49	6,30	39,18	245,27	0,00
1996	таб№. 24	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* томаты парниковые)	31	0,34	0,06	1,16	7,33	7,63
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии) (* огурцы парниковые)	30	0,21	0,03	0,74	4,16	2,97
1997	773 ТТК	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (* шиповник сухой, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,40	0,16	10,46	52,36	52,72
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	44	2,89	0,48	19,53	90,22	0,00
Итого			707	25,71	28,43	91,42	732,35	70,60
Полдник								
2004	389	* БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) (* рыба минтай потрошённая обезглавленная, * батон нарезной йодированный, вода питьевая, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	50	7,13	2,33	4,70	68,77	0,30
2008	307	* ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергии) (* бройлеры цыплята потр. 1 категории, * лук репчатый, * соль йодированная)	40	8,96	7,82	0,11	106,69	0,51
2004	389	* БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* рыба минтай потрошённая обезглавленная, * батон нарезной йодированный, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	50	7,18	1,57	4,69	62,19	0,30
2008		ВАФЛИ (* вафли с жировыми начинками)	51	2,02	14,16	32,87	268,00	0,00
2010	80	* ОВОЩНОЕ ПЮРЕ (аллергии) (* пюре овощное сады придонья)	120	0,00	0,00	5,40	24,00	1,92
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,12	0,00	0,02	0,58	0,02
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	12	0,92	0,32	6,46	33,00	0,00
Итого			263	10,19	16,81	44,05	370,35	0,32
Всего				58,92	68,64	165,28	1 525,13	80,41