

МЕНЮ

17 апреля 2025 г.
Сад 10 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, 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	2,63	20,48	124,52	0,53
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * сахар песок, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности)	185	4,21	3,40	16,24	112,02	0,73
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	30/7	2,38	5,87	16,24	128,71	0,00
Итого			402	11,35	11,90	52,96	365,25	1,26
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	24,00
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,50	24,00
Обед								
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРОЙ (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыпята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/35	9,12	8,52	12,30	163,47	0,90
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ СО СВИНИНОЙ (аллергии) (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * петрушка сушеная, * полуфабр.свинина окорок д/п)	200/35	10,98	13,98	15,24	233,20	1,70
1996	300	РЫБА МИНТАЙ (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (*рыба минтай филе, * соль йодированная, * морковь, * лук репчатый)	90	17,04	0,97	0,49	79,22	0,41
1996	401	* ГУЛЯШ БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* полуфабр.свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * лук репчатый, * морковь, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	30/30	8,99	12,80	2,06	160,78	0,31
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	85	1,97	2,65	11,23	76,72	5,23
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, * морковь, * лук репчатый, * мука пшеничная высш.сорт, * томатная паста, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	65	1,56	1,93	6,47	50,26	13,88
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* 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)	62	0,43	0,06	1,54	8,63	6,16
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	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (аллергии) (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,06	0,10	3,75	17,04	1,20
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	35	2,31	0,39	15,61	72,10	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	30	2,24	0,79	15,66	80,03	0,00
Итого			782	34,97	15,44	69,46	562,96	66,18
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	3,87	2,72	28,95	155,74	0,00
2016	113	* БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* 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 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА, С ЛИМОНОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок, * лимон)	200/6	0,23	0,01	5,56	24,33	2,61
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,37	22,25	0,04
Итого			256	4,10	2,73	34,51	180,07	2,61
Всего				51,02	30,67	171,63	1 178,78	94,05