

МЕНЮ
17 декабря 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	4,41	2,50	25,45	137,18	0,50
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* крупа рисовая, * вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	200/5	1,75	5,00	23,16	139,71	0,00
1996	642 ТТК	* КАКАО - НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ, С МОЛОКОМ (* какао - напиток с витаминами, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	200	3,84	3,01	14,63	100,55	9,16
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,37	22,25	0,04
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	40	3,05	1,07	21,33	109,05	0,00
Итого			420	11,30	6,58	61,41	346,78	9,66
II Завтрак								
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	173	4,49	4,32	18,99	132,95	1,21
1996	таб№ 24	* БАНАН СВЕЖИЙ (аллергики) (* банан)	170	2,55	0,85	35,70	163,20	17,00
Итого			173	4,49	4,32	18,99	132,95	1,21
Обед								
1996	75	ИКРА МОРКОВНАЯ (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * лимонная кислота, * томатная паста, * сахар песок, * соль йодированная)	50	0,71	3,75	4,11	53,43	1,46
1966	75	*ИКРА МОРКОВНАЯ БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	50	0,78	3,48	4,69	53,75	1,39
1996	132	* СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * петрушка сушеная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории)	200/14	4,49	6,59	8,73	112,40	6,98
1996	132	* СУП ИЗ ОВОЩЕЙ БЕЗ СМЕТАНЫ, С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	200/5	2,97	4,52	9,03	88,91	7,60
1996	401	* ГУЛЯШ (* полуфабр.свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * лук репчатый, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	35/35	8,41	12,25	2,07	153,29	0,65
1996	401	* ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * лук репчатый, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	35/35	10,50	6,14	2,14	105,78	0,67
1996	401	* ГУЛЯШ БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* полуфабр.свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * лук репчатый, вода питьевая, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	35/35	8,31	12,05	1,94	150,63	0,28
1996	273 469	* СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия спагетти, вода питьевая, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	130	4,11	3,58	28,34	161,60	0,00
1996	469	* СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* макаронные изделия спагетти, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	130	3,69	5,24	25,61	163,88	0,00
1996	591	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., * сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	27,93	110,83	0,00
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (аллергики) (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок)	180	0,06	0,10	5,69	24,78	1,20
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	15	1,14	0,40	8,00	40,89	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	39	2,57	0,43	17,36	80,19	0,00
Итого			698	21,43	27,00	96,54	712,63	9,09
Полдник								
1996	297 ТТК	* ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ПОВИДЛОМ (* творог 5,0% жирности, * крупа манная, * сахар песок, * яйца куриные (шт.), * виноград сушеный (изюм), * масло сливочное традиционное, **масло сладко-сливочное несоленое, * ванилин, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, * повидло)	150/10	16,31	11,51	41,06	332,65	0,25
1996	286	*ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ (аллергики) (* капуста белокочанная, * морковь, * картофель, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * масло подсолнечное рафинированное, * крахмал картофельный, * крупа манная, * сухари панировочные, * соль йодированная)	165	5,56	18,09	32,63	314,65	14,70
1996	627 628 629	* ЧАЙ С САХАРОМ И С ЛИМОНОМ (* чай черный байховый, * сахар песок, * лимон, вода питьевая)	150/7	0,22	0,01	5,07	22,45	1,16
1996	627 628 629	* ЧАЙ С САХАРОМ БЕЗ ЛИМОНА (аллергики) (* чай черный байховый, * сахар песок, вода питьевая)	150	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
Итого			317	16,53	11,52	46,13	355,10	1,41
Всего				53,75	49,42	223,07	1 547,46	21,37