

## МЕНЮ

18 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		
<b>Завтрак</b>								
1996	255	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, * соль йодированная)	180	7,99	3,31	35,12	203,38	0,50
1996	463 таб№ 4	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/6	9,99	7,73	52,26	321,32	0,00
1996	627	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	185	0,16	0,00	4,97	20,52	0,03
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	34	2,64	0,92	18,43	94,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>10,79</b>	<b>4,23</b>	<b>58,52</b>	<b>318,10</b>	<b>0,53</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	таб№ 24	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	210	3,14	1,05	44,02	201,22	20,96
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) витوشка, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	50	0,10	0,00	1,48	6,30	0,02
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>3,14</b>	<b>1,05</b>	<b>48,87</b>	<b>220,72</b>	<b>25,96</b>
<b>Обед</b>								
1996	40	* САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (* томаты парниковые, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	60	0,61	5,11	2,09	58,16	13,76
к/к	к/к	* САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (аллергии) (* морковь, * яблоки, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное)	60	0,57	5,09	4,53	67,10	1,68
1996	131	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(МИНТАЙ) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * рыба минтай потрошённая обезглавленная)	200/20	5,75	2,53	15,40	107,76	7,90
1996	131	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СВИНИНОЙ (аллергии) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/10	4,48	5,11	15,67	127,24	8,38
2010	ТТК	* ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (* полуфабр. свинина окорок д/п, * капуста белокочанная, * крупа рисовая, * яйца куриные (шт.), * лук репчатый, * морковь, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	170	13,71	23,43	12,19	315,89	17,20
2010	ТТК	* ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * капуста белокочанная, * крупа рисовая, * лук репчатый, * морковь, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	170	13,21	22,86	12,55	310,16	18,56
2010	ТТК	* ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии) (* полуфабр. говяд. д/п, * капуста белокочанная, * крупа рисовая, * яйца куриные (шт.), * лук репчатый, * морковь, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	170	15,47	15,12	12,13	246,25	17,13
1996	528	*СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (* масло сливочное традиционное, * мука пшеничная высш. сорт, * томатная паста, * морковь, * лук репчатый, * сахар песок, * соль йодированная)	50	0,43	0,99	3,24	23,66	0,49
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш. сорт, * соль йодированная)	50	0,25	2,46	1,72	29,91	0,00
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (* слива сушеная (чернослив), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,27	0,08	11,53	49,15	0,14
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	24	1,88	0,66	13,16	67,28	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,95	78,28	0,00
<b>Итого</b>			<b>742</b>	<b>25,16</b>	<b>33,22</b>	<b>74,56</b>	<b>700,18</b>	<b>39,49</b>
<b>Полдник</b>								
1997	23	* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (* сыр белорусское золото)	15	3,75	4,05	0,00	51,00	0,10
1996	357	* СВИНИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * морковь, * лук репчатый, * соль йодированная)	15	3,77	4,27	0,10	54,43	0,04
1996	685 687 ТТК	ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (* мука пшеничная высш. сорт, * масло сливочное традиционное, * сахар песок, * дрожжи, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * молоко пастер. 2,5% жирности, * молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, * масло подсолнечное рафинированное)	75	7,24	7,55	45,00	276,49	0,15
1996	685 687	* ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ГРУШЕЙ, БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * дрожжи, * заменитель яйца, * соль йодированная, * груша)	75	4,21	8,36	41,54	258,77	0,90
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	149	4,59	3,82	7,20	81,11	0,82
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (аллергии) (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,06	0,10	3,75	17,04	1,20
<b>Итого</b>			<b>239</b>	<b>15,58</b>	<b>15,42</b>	<b>52,20</b>	<b>408,60</b>	<b>1,07</b>
<b>Всего</b>				<b>54,67</b>	<b>53,92</b>	<b>234,15</b>	<b>1 647,60</b>	<b>67,05</b>