

**МЕНЮ**  
**19 июня 2025 г.**  
**Сад 10 часов**

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
1997	324	* ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (* яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,30	0,00
1996	357	* СВИНИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * соль йодированная, * морковь, * лук репчатый)	20	5,07	5,74	0,12	73,19	0,05
1996	162	* СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ РИСОВОЙ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое, * сахар песок, * соль йодированная)	180	3,35	3,27	13,93	96,20	0,46
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* 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 С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,73	3,67	14,19	111,30	0,70
1996	627 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
1997	1	* БАТОНЧИК К ЧАЮ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батончик к чаю, **масло сладко-сливочное несоленое)	30/5	1,99	5,16	14,43	119,86	0,00
1996		* БАТОНЧИК К ЧАЮ (аллергии) (* батончик к чаю)	40	2,60	1,92	19,28	115,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>15,03</b>	<b>16,59</b>	<b>42,82</b>	<b>388,66</b>	<b>1,16</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	82	0,33	0,33	8,00	38,39	13,07
1996	таб№ 24	* БАНАН СВЕЖИЙ (аллергии) (* яблоки)	82	0,33	0,33	8,04	38,54	13,12
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) витощка, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 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>132</b>	<b>0,33</b>	<b>0,33</b>	<b>12,85</b>	<b>57,89</b>	<b>18,07</b>
<b>Обед</b>								
1966	75	*ИКРА МОРКОВНАЯ (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	70	1,36	4,89	7,31	79,61	3,14
1966	75	*ИКРА МОРКОВНАЯ БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * соль йодированная)	70	1,08	4,96	6,84	77,18	1,95
1996	136	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ ПЕРЛОВОЙ, С РЫБОЙ(МИНТАЙ) (* картофель молодой, * крупа перловая, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * рыба минтай потрошённая безглазленная, * петрушка сушеная)	200/21	5,98	2,51	15,88	110,34	5,50
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (* полуфабр. свинина окорок д/п, * картофель молодой, * морковь, * лук репчатый, **масло сладко-сливочное несоленое, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * соль йодированная)	180	11,67	19,93	20,13	308,33	10,14
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * картофель молодой, * морковь, * лук репчатый, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180	11,59	21,35	20,35	321,65	10,04
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии) (* полуфабр. говяд. д/п, * картофель молодой, * морковь, * лук репчатый, **масло сладко-сливочное несоленое, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * соль йодированная)	180	13,19	13,09	20,08	251,36	10,08
1996	588	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	150	0,50	0,03	9,01	38,75	0,16
1996		* БАТОНЧИК К ЧАЮ (* батончик к чаю)	16	1,04	0,77	7,68	45,90	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,96	78,32	0,00
<b>Итого</b>			<b>675</b>	<b>23,06</b>	<b>28,55</b>	<b>76,97</b>	<b>661,25</b>	<b>18,94</b>
<b>Полдник</b>								
1996	701 686 416	* КОТЛЕТА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * полуфабр. свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук репчатый, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.))	90	10,24	10,68	35,67	280,05	0,19
1996	701	* КОТЛЕТА ИЗ СВИНИНЫ, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ БЕЗ ЯЙЦА, МОЛОКА (аллергии) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * полуфабр. свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * лук репчатый, * сухари панировочные)	90	9,77	13,71	36,07	306,94	0,17
1996	701 685 416	* КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ (аллергии) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * полуфабр. говяд. д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук репчатый, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.))	105	13,09	8,80	35,32	272,11	0,20
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
1996	647, ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (аллергии) (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,06	0,10	3,75	17,04	1,20
<b>Итого</b>			<b>290</b>	<b>10,24</b>	<b>10,68</b>	<b>58,67</b>	<b>372,05</b>	<b>12,19</b>
<b>Всего</b>				<b>48,66</b>	<b>56,15</b>	<b>191,31</b>	<b>1 479,85</b>	<b>50,36</b>