

**МЕНЮ**  
**19 ноября 2024 г.**  
**Сад 10 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа рисовая, * молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	4,46	2,54	25,53	137,99	0,51
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 - НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ, С МОЛОКОМ (* какао - напиток с витаминами, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	200	3,89	3,04	14,70	101,40	9,17
1996	627 ТТК 628 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
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (* батон нарезной)	42	3,24	1,22	21,08	108,97	0,00
<b>Итого</b>			<b>422</b>	<b>11,59</b>	<b>6,80</b>	<b>61,31</b>	<b>348,36</b>	<b>9,68</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	645	ЙОГУРТ (* йогурт 2,5% жирности)	174	4,87	2,61	19,12	119,94	1,22
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	175	0,70	0,53	18,03	82,25	8,75
<b>Итого</b>			<b>174</b>	<b>4,87</b>	<b>2,61</b>	<b>19,12</b>	<b>119,94</b>	<b>1,22</b>
<b>Обед</b>								
1996	75	ИКРА МОРКОВНАЯ (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * лимонная кислота, * томатная паста, * сахар песок, * соль йодированная)	65	0,87	4,93	5,28	69,63	1,82
1966	75	*ИКРА МОРКОВНАЯ БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	65	1,02	4,46	6,43	70,76	1,82
1996	132	* СУП ИЗ ОВОЩЕЙ, С ГОВЯДИНОЙ, СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * сметана обережье, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	200/5	3,03	4,48	8,78	87,72	6,86
1996	132	* СУП ИЗ ОВОЩЕЙ БЕЗ СМЕТАНЫ, С ГОВЯДИНОЙ (аллергии) (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	200/5	2,49	4,37	9,03	85,73	7,60
1996	401	* ГУЛЯШ (* полуфабр.свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * лук репчатый, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	40/40	10,28	14,77	2,31	184,61	0,66
1996	401	* ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии) (* полуфабр.говяд. д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * лук репчатый, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	40/40	11,95	6,90	2,31	119,11	0,68
1996	401	* ГУЛЯШ БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* полуфабр.свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * лук репчатый, вода питьевая, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	40/40	10,19	14,68	2,00	182,29	0,32
1996	273 469	* СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия спагетти, вода питьевая, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	130	4,10	4,14	28,33	166,46	0,00
1996	469	* СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* 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	28,01	111,18	0,00
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (аллергии) (* виноград сушеный (изюм), * сахар песок, вода питьевая)	180	0,24	0,06	9,45	39,66	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (* батон нарезной)	13	0,97	0,36	6,29	32,50	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	40	2,62	0,44	17,71	81,82	0,00
<b>Итого</b>			<b>713</b>	<b>21,87</b>	<b>29,12</b>	<b>96,71</b>	<b>733,92</b>	<b>9,34</b>
<b>Полдник</b>								
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, *ванилин, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, * повидло)	155/10	16,75	11,21	43,27	340,33	0,25
1996	286	*ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ (аллергии) (* 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 ТТК 628 ТТК 629	* ЧАЙ С САХАРОМ И С ЛИМОНОМ (* чай черный байховый, * сахар песок, * лимон, вода питьевая)	150/8	0,23	0,01	5,09	22,59	1,23
1996	627 ТТК 628 ТТК 629	* ЧАЙ С САХАРОМ БЕЗ ЛИМОНА (аллергии) (* чай черный байховый, * сахар песок, вода питьевая)	150	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
<b>Итого</b>			<b>323</b>	<b>16,98</b>	<b>11,22</b>	<b>48,36</b>	<b>362,92</b>	<b>1,48</b>
<b>Всего</b>				<b>55,31</b>	<b>49,75</b>	<b>225,50</b>	<b>1 565,14</b>	<b>21,72</b>