

МЕНЮ
21 февраля 2025 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		
Завтрак								
1997	23	* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (* сыр белорусское золото)	15	3,75	4,05	0,00	50,99	0,10
1996	357	* СВИНИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * соль йодированная, * морковь, * лук репчатый)	15	3,77	4,27	0,11	54,51	0,05
1996	284	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (* яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	105	10,82	13,22	2,00	170,10	0,16
1996	262, ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* пшено, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/5	2,88	5,55	19,78	137,32	0,00
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	198	6,04	5,03	9,47	106,74	1,08
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая)	195	0,19	0,00	0,04	0,96	0,04
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	40	3,04	1,07	21,26	108,67	0,00
		* ЗЕФИР (* зефир)	57	0,46	0,06	45,39	185,41	0,00
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии) (* огурцы парниковые)	56	0,39	0,06	1,40	7,85	5,61
Итого			415	24,11	23,43	78,12	621,91	1,34
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	113	0,45	0,45	11,08	53,13	18,09
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	113	0,45	0,34	11,64	53,11	5,65
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) витошка, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая)	50	0,07	0,00	0,01	0,32	0,01
Итого			163	0,45	0,45	15,93	72,63	23,09
Обед								
2012	33	* САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (* свекла, * масло подсолнечное рафинированное)	60	0,83	3,55	4,87	54,66	2,28
1996	40	* САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (аллергии) (* огурцы парниковые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	60	0,39	3,72	1,40	40,82	5,61
1996	120	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ, СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыпленка потр. 1 категории, * сметана 15% жирности, * петрушка сушеная)	200/20	5,76	6,91	7,34	115,14	10,05
1996	120	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ, БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергии) (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр. свинина окорок д/п, * петрушка сушеная)	200/18	5,91	7,19	6,86	116,93	10,16
1996	403 ТТК	* ПЛОВ СО СВИНИНОЙ (* полуфабр. свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * крупа рисовая, * лук репчатый, * морковь, **масло сладко-сливочное несоленое, * томатная паста, * соль йодированная)	190	12,86	18,59	40,63	372,90	1,38
1996	403 ТТК	* ПЛОВ СО СВИНИНОЙ, БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * крупа рисовая, * лук репчатый, * морковь, * соль йодированная)	190	13,24	20,09	40,21	386,38	0,62
1996	403 ТТК	* ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии) (* полуфабр. говяд. д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * крупа рисовая, * лук репчатый, * морковь, **масло сладко-сливочное несоленое, * томатная паста, * соль йодированная)	190	15,06	11,87	40,66	319,90	1,34
1996	591	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, * сахар песок)	150	0,00	0,00	23,45	93,05	0,00
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (аллергии) (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	150	0,05	0,08	3,29	14,85	1,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	20	1,52	0,53	10,63	54,33	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	32	2,13	0,36	14,42	66,59	0,00
Итого			672	23,10	29,94	101,34	756,67	13,71
Полдник								
1996	681/68 2 118	* ОЛАДЬИ (* мука пшеничная высш. сорт, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, * соль йодированная, * дрожжи, * масло подсолнечное рафинированное)	50	3,99	3,61	21,84	135,79	0,15
1996	681/68 2 118	* ОЛАДЬИ БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* мука пшеничная высш. сорт, * крахмал картофельный, * сахар песок, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное)	50	2,98	2,75	20,90	120,30	0,00
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	200	0,41	0,06	14,13	59,48	0,20
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (аллергии) (* виноград сушеный (изюм), * сахар песок, * лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,29	0,07	11,19	47,04	0,00
Итого			250	4,40	3,67	35,97	195,27	0,35
Всего				52,06	57,49	231,36	1 646,48	38,49