

МЕНЮ
21 марта 2025 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1997	23	* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (* сыр белорусское золото)	15	3,75	4,05	0,00	51,00	0,11
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	10,85	13,33	1,98	171,08	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	2,31	5,40	16,98	123,22	0,00
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	195	5,96	4,96	9,32	105,16	1,06
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)	39	2,98	1,04	20,80	106,33	0,00
		* ЗЕФИР (* зефир)	50	0,39	0,05	38,60	157,65	0,00
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии) (* огурцы парниковые)	50	0,35	0,05	1,24	6,93	4,95
Итого			404	23,93	23,43	70,70	591,22	1,33
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	83	0,33	0,33	8,12	38,95	13,26
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	83	0,33	0,25	8,55	39,01	4,15
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) вишока, 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	0,10	0,00	0,02	0,49	0,02
Итого			133	0,33	0,33	12,97	58,45	18,26
Обед								
2012	33	* САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (* свекла, * масло подсолнечное рафинированное)	60	0,83	3,55	4,87	54,61	2,28
1996	40	* САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (аллергии) (* огурцы парниковые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	60	0,42	3,56	1,48	39,78	5,94
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 цыплята потр. 1 категории, * сметана 15% жирности, * петрушка сушеная)	200/21	5,90	6,94	7,28	115,67	10,01
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	5,94	7,20	7,06	117,93	10,28
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)	200	13,46	19,67	42,56	392,42	1,22
1996	403 ТТК	* ПЛОВ СО СВИНИНОЙ, БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * крупа рисовая, * лук репчатый, * морковь, * соль йодированная)	200	13,96	21,36	42,22	408,28	0,66
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)	200	15,77	12,55	42,59	336,30	1,23
1996	591	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, * сахар песок)	150	0,00	0,00	22,53	89,41	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	19	1,49	0,52	10,40	53,17	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	36	2,39	0,40	16,13	74,51	0,00
Итого			686	24,07	31,08	103,77	779,79	13,51
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	3,97	3,60	21,82	135,52	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	3,03	3,24	21,62	127,80	0,00
2024	ТТК	* НАПИТОК ИЗ СОКА (* сок фруктовый 1 литр, вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	200	0,00	0,07	12,21	52,05	0,53
1996	585, ТТК	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (аллергии) (* груша, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,17	0,14	10,31	43,74	0,90
Итого			250	3,97	3,67	34,03	187,57	0,68
Всего				52,30	58,51	221,47	1 617,03	33,78