

МЕНЮ

22 апреля 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	4,45	2,53	25,51	137,74	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	3,87	3,03	14,68	101,12	9,16
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	9,72	39,66	0,04
1996		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	43	3,31	1,16	23,11	118,15	0,00
Итого			423	11,63	6,72	63,30	357,01	9,67
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	140	2,10	0,70	29,42	134,47	14,01
Итого			140	2,10	0,70	29,42	134,47	14,01
Обед								
2012	33	* САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (* свекла, * масло подсолнечное рафинированное)	50	0,69	2,96	4,05	45,52	1,90
1996	40	* САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (аллергии) (* огурцы парниковые, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	50	0,35	3,05	1,24	33,90	4,95
1996	ТТК	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, МЯСОМ (* картофель, * яйца куриные (шт.), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/5	4,20	4,64	15,47	120,80	7,72
1996	ТТК	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, ГОВЯДИЕЙ (аллергии) (* картофель, * яйца куриные (шт.), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. говяд. д/п)	200/5	4,42	3,65	15,46	112,57	7,78
1996	131	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИЕЙ (аллергии) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. говяд. д/п)	200/5	3,45	2,75	15,53	100,84	8,30
2004	505 99	* КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ) (* филе грудки цб, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	60	14,40	5,89	3,94	126,46	0,54
2004	505 99	* КНЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	60	9,26	14,05	3,13	177,44	0,00
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	150	3,45	4,59	19,78	134,37	9,22
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ БЕЗ МОЛОКА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* картофель, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	150	2,21	5,30	18,02	128,75	9,12
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	150	0,26	0,05	9,88	41,42	0,09
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (аллергии) (* слива сушеная (чернослив), вода питьевая, * сахар песок)	150	0,22	0,07	7,52	32,57	0,12
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	31	2,04	0,34	13,79	63,67	0,00
Итого			646	25,04	18,47	66,91	532,24	19,47
Полдник								
2016	252	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С ПОВИДЛОМ (* творог 5,0% жирности, * крупа манная, * сахар песок, * морковь, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, * сметана обжаренная, * повидло)	170/12	14,67	11,75	46,41	349,11	1,01
2012	409	* ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ С СОУСОМ БЕЛЫМ (аллергии) (* морковь, вода питьевая, * крупа манная, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * мука пшеничная высш. сорт)	175/50	2,16	9,90	13,48	152,39	1,36
1996	627 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,16	0,00	0,03	0,77	0,03
Итого			362	14,83	11,75	46,44	349,88	1,04
Всего				53,60	37,64	206,07	1 373,60	44,19