

МЕНЮ

22 мая 2025 г.
Сад 10 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1997 | 324 | * ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (* яйца куриные (шт.)) | 40 | 4,96 | 4,49 | 0,27 | 61,30 | 0,00 |
| 1996 | 162 | * СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * крупа рисовая, **масло сладко-сливочное несоленое, * сахар песок, * соль йодированная) | 180 | 3,40 | 3,27 | 14,02 | 96,77 | 0,47 |
| 1996 | 642 ТТК | * КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок) | 180 | 4,80 | 3,73 | 14,31 | 112,63 | 0,71 |
| 1996 | 627 628 ТТК | * ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок) | 180 | 0,19 | 0,00 | 4,88 | 20,31 | 0,04 |
| 1997 | 1 | * БАТОНЧИК К ЧАЮ (* батончик к чаю, **масло сладко-сливочное несоленое) | 30 | 1,96 | 1,44 | 14,50 | 86,65 | 0,00 |
| Итого | | | 430 | 15,12 | 12,93 | 43,10 | 357,35 | 1,18 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 1996 | таб№ 24 | * ЯБЛОКИ (* яблоки) | 121 | 0,48 | 0,48 | 11,83 | 56,72 | 19,31 |
| 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 С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок) | 50 | 0,19 | 0,00 | 1,01 | 4,83 | 0,04 |
| Итого | | | 171 | 0,48 | 0,48 | 16,68 | 76,22 | 24,31 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1966 | 75 | *ИКРА МОРКОВНАЯ (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная) | 50 | 0,93 | 3,49 | 5,12 | 56,24 | 2,09 |
| 1966 | 75 | *ИКРА МОРКОВНАЯ БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * соль йодированная) | 50 | 0,79 | 3,96 | 5,22 | 60,24 | 1,41 |
| 1996 | 136 | * СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ, С РЫБОЙ(МИНТАЙ) (* картофель, * крупа перловая, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * рыба минтай потрошённая обезглавленная, * петрушка сушеная) | 200/20 | 5,86 | 2,50 | 15,88 | 109,73 | 5,50 |
| 1996 | 394 ТТК | * ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (* полуфабр.свинина окорок д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, **масло сладко-сливочное несоленое, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * соль йодированная) | 150 | 9,71 | 16,52 | 16,74 | 255,87 | 8,40 |
| 1996 | 394 ТТК | * ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ,БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* полуфабр.свинина окорок д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, **масло сладко-сливочное несоленое) | 155 | 9,82 | 16,63 | 17,50 | 260,28 | 8,62 |
| 1996 | 394 ТТК | * ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, **масло сладко-сливочное несоленое, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * соль йодированная) | 150 | 10,98 | 10,62 | 16,72 | 206,62 | 8,38 |
| 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 | 7,73 | 46,18 | 0,00 |
| 1996 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65) | 38 | 2,51 | 0,42 | 16,96 | 78,32 | 0,00 |
| Итого | | | 624 | 20,55 | 23,73 | 71,44 | 585,09 | 16,15 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 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 | 10,17 | 10,62 | 35,33 | 278,12 | 0,19 |
| 1996 | 701 685 416 | * КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ,ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ (аллергики) (* 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.)) | 95 | 11,29 | 7,33 | 35,27 | 252,03 | 0,19 |
| 2016 | 418 | * СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой") | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | 12,00 |
| Итого | | | 290 | 10,17 | 10,62 | 58,33 | 370,12 | 12,19 |
| Всего | | | | 46,32 | 47,76 | 189,55 | 1 388,78 | 53,83 |