

МЕНЮ

23 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 ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (* пшено, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,55	3,01	23,39	139,51	0,50
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* пшено, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/5	5,13	7,76	21,40	173,09	0,50
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,16	0,00	4,87	20,12	0,03
1997	1	* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной, **масло сладко-сливочное несоленое)	52/10	4,10	8,79	26,15	200,89	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (аллергики) (* батон нарезной)	60	4,62	1,74	30,06	155,40	0,00
Итого			422	9,81	11,80	54,41	360,52	0,53
II Завтрак								
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	119	3,09	2,97	13,06	91,44	0,83
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	120	0,48	0,36	12,36	56,40	6,00
Итого			119	3,09	2,97	13,06	91,44	0,83
Обед								
1996	110	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ФРИКАДЕЛЬКАМИ, СМЕТАНОЙ (* свекла, * капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * лимонная кислота, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п, * филе грудки цб, * яйца куриные (шт.))	200/30	8,14	9,49	10,09	159,14	6,60
1996	120	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ФРИКАДЕЛЬКАМИ, БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики) (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п, * яйца куриные (шт.))	200/30	7,25	10,44	7,52	154,12	11,17
1996	330	* ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (* рыба минтай потрошённая обезглавленная, * лук репчатый, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	90	13,83	10,13	7,03	173,27	1,31
1996	330	* ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ БЕЗ МОЛОКА (аллергики) (* рыба минтай потрошённая обезглавленная, * лук репчатый, вода питьевая, * крахмал картофельный, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	90	13,17	9,55	9,87	176,74	1,26
1996	215 553	* РАГУ ОВОЩНОЕ (* картофель, * морковь, * капуста белокочанная, * лук репчатый, **масло сладко-сливочное несоленое, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * соль йодированная)	150	3,09	6,25	18,30	142,80	12,02
1996	215 553	* РАГУ ОВОЩНОЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики) (* картофель, * морковь, * капуста белокочанная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * мука пшеничная высш. сорт, * соль йодированная)	155	3,05	6,25	20,03	149,54	13,43
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	70	0,49	0,07	1,75	9,80	7,00
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ С (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	180	0,27	0,06	12,50	52,06	20,00
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (аллергики) (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок)	180	0,24	0,06	9,45	39,66	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	40	2,61	0,44	17,64	81,47	0,00
Итого			760	28,43	26,44	67,31	618,54	46,93
Полдник								
2003	ТТК	* БУЛОЧКА «ТВОРОЖНАЯ» (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * творог 5,0% жирности, * дрожжи, * соль йодированная, * ванилин, * масло подсолнечное рафинированное)	50	5,75	2,67	25,98	150,86	0,08
2008	467	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ БЕЗ ЯЙЦА (аллергики) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая)	50	3,53	9,10	31,05	220,34	0,00
1996	645	* КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ (* коктейль молочный)	198	5,34	4,95	28,68	148,36	0,99
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,00
Итого			248	11,09	7,62	54,66	299,22	1,07
Всего				52,42	48,83	189,44	1 369,72	49,36