

**МЕНЮ**  
**23 декабря 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* овсяные хлопья "геркулес", * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,12	3,56	18,95	127,99	0,53
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ(аллергики) (* овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	2,39	10,89	15,86	170,97	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	3,88	3,03	14,69	101,25	9,17
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,37	22,25	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	32/8	2,51	7,30	17,28	146,37	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	40	3,08	1,08	21,52	110,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,51</b>	<b>13,89</b>	<b>50,92</b>	<b>375,61</b>	<b>9,70</b>
<b>II Завтрак</b>								
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок фруктовый для детского питания (125мл))	125	0,00	0,00	15,00	60,00	2,50
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	125	0,50	0,38	12,88	58,75	6,25
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>15,00</b>	<b>60,00</b>	<b>2,50</b>
<b>Обед</b>								
1996	136	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ КУКУРУЗНОЙ, МЯСОМ (* картофель, * крупа кукурузная, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/10	4,27	5,09	14,17	120,21	5,72
1996	136	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ КУКУРУЗНОЙ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики) (* картофель, * крупа кукурузная, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. говяд. д/п)	200/10	4,72	3,14	14,23	104,33	5,81
2004	481	* ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ (* полуфабр. говяд. д/п, * батон нарезной йодированный, * полуфабр. свинина окорок д/п, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * томатная паста, * соль йодированная)	80/50	12,19	14,05	10,80	220,06	0,46
2004	481	* ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА В СОУСЕ БЕЗ СМЕТАНЫ, ТОМАТА (аллергики) (* полуфабр. говяд. д/п, * полуфабр. свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш. сорт, * соль йодированная)	80/50	11,17	12,10	9,18	191,90	0,00
2004	481	* ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ (аллергики) (* полуфабр. говяд. д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * томатная паста, * соль йодированная)	80/50	13,39	8,60	10,81	174,67	0,46
1996	463 таб№ 4 ТТК	* ОВОЩИ С РИСОМ (* морковь, * лук репчатый, * масло сливочное традиционное, * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная)	130	3,16	10,48	26,04	207,58	3,56
1996	463 таб№ 4	* ОВОЩИ С РИСОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергики) (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная)	130	3,10	12,92	26,20	229,92	3,55
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (* огурцы соленые)	12	0,32	0,00	0,35	1,39	0,60
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (* сушеные абрикосы без косточки (курага), * сахар песок, * лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,61	0,04	10,80	46,42	0,19
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	15	1,16	0,41	8,07	41,25	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,93	78,22	0,00
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>24,22</b>	<b>30,49</b>	<b>87,16</b>	<b>715,13</b>	<b>10,53</b>
<b>Полдник</b>								
1996	685 695 734	ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло сливочное традиционное, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * дрожжи, * творог 5,0% жирности, * ванилин, * масло подсолнечное рафинированное)	100	10,86	5,54	47,03	281,64	0,18
1996	665 695 735	* ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ГРУШАМИ, БЕЗ ЯЙЦА(аллергики) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * груша)	75	4,15	9,26	38,44	254,09	0,60
1996	645	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	151	3,92	3,76	16,56	115,95	1,05
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,50
<b>Итого</b>			<b>251</b>	<b>14,78</b>	<b>9,30</b>	<b>63,59</b>	<b>397,59</b>	<b>1,23</b>
<b>Всего</b>				<b>50,51</b>	<b>53,68</b>	<b>216,67</b>	<b>1 548,33</b>	<b>23,96</b>