

МЕНЮ

24 декабря 2024 г.
Сад 10 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,09	3,00	21,15	129,17	0,60
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* крупа ячневая, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	1,92	9,94	17,53	164,53	0,00
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,10	3,31	15,79	109,00	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	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	46/5	3,55	5,41	24,60	163,48	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	57	4,39	1,54	30,67	156,75	0,00
Итого			411	12,74	11,72	61,54	401,65	1,31
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	211	3,17	1,06	44,38	202,90	21,14
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	0,10	0,00	1,48	6,30	0,02
Итого			261	3,17	1,06	49,23	222,40	26,14
Обед								
1996	№60 ТТК	* ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (* картофель, * свекла, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	65	1,05	6,44	6,21	86,21	3,03
1996	№60-ТТК	* ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ БЕЗ СВЕКЛЫ (аллергики) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	65	1,07	6,44	6,27	86,72	2,95
1997	174	*СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * петрушка сушеная)	200	1,62	4,88	8,27	83,29	6,45
2017	19	*СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики) (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная)	200	2,25	2,35	12,32	78,55	7,10
1996	425	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	50	9,02	8,89	6,92	144,33	6,34
1996	425	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	50	9,06	9,71	7,16	153,01	6,35
1996	273 469	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное традиционное)	130	4,48	4,14	30,67	180,54	0,00
1996	469	* РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	130	4,04	5,28	27,74	177,07	0,00
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,05	0,09	5,57	24,00	1,03
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	37	2,42	0,40	16,34	75,48	0,00
Итого			662	18,64	24,84	73,98	593,85	16,85
Полдник								
1996	297 ТТК	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (* творог 5,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * сухари панировочные)	150	18,92	12,42	24,24	283,54	0,36
1996	221	* КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ (аллергики) (* картофель, вода питьевая, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	155	4,11	8,49	30,48	213,95	13,44
1996	550	* СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (* молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * сахар песок, * ванилин)	25	0,48	1,37	3,21	27,02	0,06
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (аллергики) (* мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	25	0,10	0,98	0,69	11,96	0,00
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,16	0,00	1,97	8,51	0,03
Итого			355	19,56	13,79	29,42	319,07	0,45
Всего				54,11	51,41	214,17	1 536,97	44,75