

МЕНЮ

26 ноября 2024 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 ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,05	2,97	21,09	128,55	0,59
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* 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	4,06	3,28	15,73	108,25	0,70
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	42	3,23	1,13	22,57	115,35	0,00
Итого			402	12,34	7,38	59,39	352,15	1,29
II Завтрак								
2008		* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	226	3,39	1,13	47,52	217,23	22,63
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 (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	50	0,10	0,00	1,48	6,30	0,02
Итого			276	3,39	1,13	52,37	236,73	27,63
Обед								
1996	№60 ТТК	* ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (* картофель, * свекла, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	50	0,90	4,96	4,84	66,56	2,38
1996	№60-ТТК	* ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ БЕЗ СВЕКЛЫ (аллергии) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	75	1,23	6,44	6,44	87,36	3,07
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	1,61	4,80	8,25	82,36	6,41
2017	19	*СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергии) (* 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	* ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	50	9,10	8,64	7,39	144,35	6,34
1996	425	* ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	60	10,82	11,07	8,69	178,37	7,56
1996	273 469	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * соль йодированная, **масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,50	3,50	30,71	174,99	0,00
1996	469	* РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* 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	23,99	1,02
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	39	2,55	0,42	17,21	79,48	0,00
Итого			649	18,71	22,41	73,97	571,73	16,15
Полдник								
1996	297 ТТК	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (* творог 5,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * сухари панировочные)	150	18,87	11,04	24,72	272,66	0,36
1996	221	* КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ (аллергии) (* картофель, вода питьевая, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	155	4,22	8,50	30,97	216,29	13,44
1996	550	* СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (* молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * сахар песок, *ванилин)	25	0,48	1,18	3,22	25,38	0,06
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (аллергии) (* 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	19,51	12,22	29,91	306,55	0,45
Всего				53,95	43,14	215,64	1 467,16	45,52