

МЕНЮ
26 декабря 2024 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								
1996	262 ТТК	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (* крупа манная, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	4,77	2,64	20,48	124,59	0,53
1996	262 ТТК	*КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* крупа манная, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	2,00	9,88	17,57	167,28	0,00
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (вода питьевая, * кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	185	4,22	3,40	16,25	112,16	0,73
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	185	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	32/10	2,51	9,34	17,22	164,50	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	37	2,85	1,00	19,91	101,75	0,00
Итого			407	11,50	15,38	53,95	401,25	1,26
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	144	0,58	0,58	14,13	67,77	23,07
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	144	0,58	0,43	14,83	67,68	7,20
Итого			144	0,58	0,58	14,13	67,77	23,07
Обед								
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРОЙ (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/40	10,13	9,42	12,27	175,47	0,95
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ СО СВИНИНОЙ (аллергики) (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/35	10,94	13,97	15,15	232,65	1,10
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)	100	15,36	11,25	7,80	192,55	1,45
1996	330	* ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ БЕЗ МОЛОКА, ЯЙЦА (аллергики) (* рыба минтай потрошённая обезглавленная, * лук репчатый, вода питьевая, * крахмал картофельный, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	100	14,67	10,61	8,25	185,77	1,42
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	85	1,96	2,96	11,21	79,43	5,22
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ БЕЗ МОЛОКА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* картофель, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	85	1,22	3,15	9,96	73,21	5,04
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, * морковь, * лук репчатый, * мука пшеничная высш. сорт, * томатная паста, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное традиционное)	65	1,57	2,23	6,52	53,30	13,96
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* капуста белокочанная, * лук репчатый, * сахар песок, * мука пшеничная высш. сорт, * масло подсолнечное рафинированное, * морковь, * соль йодированная)	65	1,44	3,00	6,33	58,78	13,12
1996	таб№ 24	* ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ (* томаты парниковые)	68	0,75	0,14	2,58	16,31	16,99
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (аллергики) (* огурцы соленые)	30	0,85	0,00	0,91	3,63	1,57
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	35	2,28	0,38	15,41	71,18	0,00
1996	627 628 629	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА, С ЛИМОНОМ (* чай черный байховый, * сахар песок, вода питьевая, * лимон)	200/7	0,23	0,01	6,05	26,44	1,18
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,85	24,18	0,04
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	32	2,38	0,83	16,63	84,98	0,00
Итого			832	34,66	27,22	78,47	699,66	39,75
Полдник								
2010	107	* БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» (* мука пшеничная высш. сорт, * масло сливочное традиционное, * сахар песок, * виноград сушеный (изюм), * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая, * яйца куриные (шт.), * масло подсолнечное рафинированное)	75	5,78	4,65	43,46	239,08	0,00
2016	113	* БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ ЯЙЦА (аллергики) (* мука пшеничная высш. сорт, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * виноград сушеный (изюм), * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая)	50	3,78	5,27	29,83	181,91	0,00
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
Итого			275	5,78	4,65	66,46	331,08	12,00
Всего				52,52	47,83	213,01	1 499,76	76,08