

МЕНЮ
28 ноября 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		
Завтрак								
1996	262 ТТК	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (* крупа манная, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	4,76	2,63	20,46	124,40	0,53
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* крупа кукурузная, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	1,99	9,98	20,92	181,92	0,00
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, вода питьевая)	185	4,21	3,40	16,22	111,89	0,73
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* 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 сладко-сливочное несоленое)	30/5	2,36	4,34	16,21	114,77	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергии) (* батон нарезной йодированный)	35	2,70	0,95	18,83	96,25	0,00
Итого			400	11,33	10,37	52,89	351,06	1,26
II Завтрак								
2008		* МАНДАРИН (* мандарин)	163	1,30	0,33	12,23	61,95	61,95
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	163	0,65	0,49	16,79	76,61	8,15
Итого			163	1,30	0,33	12,23	61,95	61,95
Обед								
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРОЙ (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыпята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/35	8,98	8,41	12,26	161,74	0,86
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ СО СВИНИНОЙ (аллергии) (* 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	300	РЫБА ГОРБУША (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (* рыба горбуша филе, * морковь, * лук репчатый, * соль йодированная)	70	16,02	4,97	0,38	110,90	0,45
2008	307	* ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергии) (* бройлеры цыпята потр. 1 категории, * лук репчатый, * соль йодированная)	50	11,20	9,78	0,16	133,50	0,66
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	85	1,97	2,62	11,23	76,32	5,22
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ БЕЗ МОЛОКА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* картофель, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	85	1,22	3,15	9,96	73,21	5,04
1996	482	*КАПУСТА ТУШЕНАЯ (* капуста белокочанная, * морковь, * лук репчатый, * мука пшеничная высш. сорт, * томатная паста, * сахар песок, * соль йодированная, **масло сладко-сливочное несоленое)	65	1,56	1,89	6,46	49,85	13,87
1996	482	*КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* капуста белокочанная, * лук репчатый, * сахар песок, * мука пшеничная высш. сорт, * масло подсолнечное рафинированное, * морковь, * соль йодированная)	65	1,51	2,53	6,48	55,38	13,83
1996	таб№ 24	* ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ (* томаты парниковые)	55	0,60	0,11	2,08	13,17	13,72
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии) (* огурцы парниковые)	54	0,38	0,05	1,36	7,62	5,44
1997	773 ТТК	* НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (* шиповник сухой, * сахар песок, вода питьевая)	180	0,29	0,13	6,14	32,44	39,45
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (аллергии) (* слива сушеная (чернослив), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,24	0,08	8,57	37,00	0,13
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	30	2,24	0,79	15,66	80,03	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	35	2,31	0,39	15,61	72,10	0,00
Итого			755	33,97	19,31	69,82	596,55	73,57
Полдник								
2010	107	* БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» (* мука пшеничная высш. сорт, **масло сладко-сливочное несоленое, * сахар песок, * виноград сушеный (изюм), * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая, * яйца куриные (шт.), * масло подсолнечное рафинированное)	50	3,86	2,67	28,94	155,24	0,00
2016	113	* БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* 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
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА, С ЛИМОНОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок, * лимон)	200/7	0,24	0,01	5,58	24,56	1,21
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,37	22,25	0,04
Итого			257	4,10	2,68	34,52	179,80	1,21
Всего				50,70	32,69	169,46	1 189,36	137,99