

МЕНЮ
5 сентября 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								
2008	14	* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (* сыр белорусское золото)	10	2,40	2,90	0,00	35,01	0,07
1996	357	* МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) (* полуфабр. свинина лопатка д/п, * морковь, * лук репчатый, * соль йодированная)	10	2,47	2,79	0,13	46,63	0,05
1996	262 ТТК	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (* крупа манная, * молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	4,68	2,59	20,32	123,12	0,52
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (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, вода питьевая, * сахар песок)	185	4,13	3,33	16,11	110,43	0,71
1996	627 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)	30/14	2,45	11,03	16,34	175,82	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергии) (* батон нарезной йодированный)	45	3,47	1,22	24,21	123,75	0,00
Итого			419	13,66	19,85	52,77	444,38	1,30
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	104	0,42	0,42	10,19	48,88	16,64
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	104	0,42	0,31	10,71	48,88	5,20
Итого			104	0,42	0,42	10,19	48,88	16,64
Обед								
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЮ С КУРОЙ (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/40	10,14	9,42	12,28	175,57	0,92
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЮ СО СВИНИНОЙ (аллергии) (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина лопатка д/п)	200/40	12,24	15,45	15,15	294,90	1,10
1996	300	РЫБА ГОРБУША (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (* рыба горбуша филе, * морковь, * соль йодированная, * лук репчатый)	100	22,40	6,96	0,56	155,25	0,64
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	85	1,94	2,55	11,19	75,46	5,22
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ БЕЗ МОЛОКА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* картофель, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	90	1,31	3,17	10,67	76,57	5,40
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, * морковь, * лук репчатый, * мука пшеничная высш. сорт, * томатная паста, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	65	1,58	1,83	6,55	49,76	13,98
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* 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)	63	0,69	0,13	2,39	15,09	15,72
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии) (* огурцы парниковые)	69	0,48	0,07	1,73	9,70	6,93
1997	773 ТТК	* НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (* шиповник сухой, * сахар песок, вода питьевая)	180	0,30	0,13	6,17	32,61	39,72
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (аллергии) (* слива сушеная (чернослив), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,24	0,08	8,08	35,06	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			798	41,60	22,20	70,41	655,87	76,20
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)	75	5,83	3,85	43,39	231,95	0,00
2016	113	* БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* мука пшеничная высш. сорт, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * виноград сушеный (изюм), * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая)	75	5,69	7,41	43,15	262,28	0,00
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА, С ЛИМОНОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок, * лимон)	200/7	0,23	0,01	7,98	34,11	2,74
1996	627 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,85	24,18	0,04
Итого			282	6,06	3,86	51,37	266,06	2,74
Всего			61,74	46,33	184,74	1 415,19	96,88	