

МЕНЮ

5 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								
1997	324	* ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (* яйца куриные (шт.))	40	4,97	4,50	0,27	61,45	0,00
1996	357	* СВИНИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * соль йодированная, * морковь, * лук репчатый)	20	5,07	5,74	0,13	73,21	0,05
1996	162	* СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое, * сахар песок, * соль йодированная)	180	3,36	3,26	13,94	96,23	0,46
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* крупа рисовая, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	200/5	1,75	5,00	23,16	139,71	0,00
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,74	3,65	14,85	110,84	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
1996		* БАТОНЧИК К ЧАЮ (* батончик к чаю)	29	1,87	1,38	13,88	82,94	0,00
Итого			429	14,94	12,79	42,94	351,46	1,16
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	170	0,68	0,68	16,66	79,90	27,20
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	180	0,72	0,54	18,54	84,60	9,00
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			220	0,68	0,68	21,51	99,40	32,20
Обед								
1966	75	*ИКРА МОРКОВНАЯ (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	70	1,30	4,88	7,13	78,52	2,92
1966	75	*ИКРА МОРКОВНАЯ БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * соль йодированная)	70	1,09	4,96	6,87	77,33	1,96
1996	136	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ, С РЫБОЙ(МИНТАЙ) (* картофель, * крупа перловая, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * рыба минтай потрошённая обезглавленная, * петрушка сушеная)	200/20	5,80	2,49	15,48	107,92	5,49
1996	136	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ, СВИНИНОЙ (аллергии) (* картофель, * крупа перловая, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/20	7,28	7,90	17,66	171,83	6,14
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (* полуфабр. свинина окорок д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * соль йодированная)	190	12,30	19,35	21,18	309,79	10,62
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	190	12,25	20,48	21,59	321,58	10,66
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии) (* полуфабр. говяд. д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * соль йодированная, *масло сладко-сливочное несоленое, * масло подсолнечное рафинированное)	190	13,90	11,91	21,23	248,06	10,64
1996	588	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	150	0,50	0,03	9,01	38,76	0,16
1996		* БАТОНЧИК К ЧАЮ (* батончик к чаю)	16	1,04	0,77	7,71	46,08	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,95	78,28	0,00
Итого			684	23,45	27,94	77,46	659,35	19,19
Полдник								
1996	701 686 416	* КОТЛЕТА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * полуфабр. свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук репчатый, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.))	100	11,65	12,71	37,18	310,27	0,24
1996	701	* КОТЛЕТА ИЗ СВИНИНЫ, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ БЕЗ ЯЙЦА, МОЛОКА (аллергии) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * полуфабр. свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * лук репчатый, * сухари панировочные)	100	11,18	15,08	37,66	331,50	0,20
1996	701 685 416	* КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ (аллергии) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * полуфабр. говяд. д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук репчатый, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.))	100	12,63	8,25	37,24	273,44	0,24
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,00
Итого			300	11,65	12,71	60,18	402,27	12,24
Всего				50,72	54,12	202,09	1 512,48	64,79