МЕНЮ

6 июня 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1996	284	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (* яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	105	10,85	13,11	2,02	169,22	0,16
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* пшено, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/5	2,31	5,40	16,98	123,22	0,00
1996	табл2 4	* ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ (* горошек зеленый консервы)	10	0,30	0,00	0,60	3,52	0,42
1996	630 ТТК	* ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	200	3,32	2,64	12,73	87,60	0,59
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
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	38/5	2,97	4,50	20,44	135,87	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	42	3,23	1,13	22,60	115,50	0,00
Итого			358	17,44	20,25	35,79	396,21	1,17
II Завтрак								
1996	645	* КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ (* коктейль молочный)	114	3,08	2,85	16,54	85,54	0,57
1996	табл№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	114	0,46	0,34	11,74	53,58	5,70
Итого			114	3,08	2,85	16,54	85,54	0,57
Обед								
1996	62	*САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (* капуста белокочанная, * морковь, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * лимонная кислота, * соль йодированная)	50	0,76	2,48	4,57	43,94	7,22
1996	136	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ (* картофель, * крупа рисовая, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная)	200	1,64	2,22	13,66	80,72	5,32
2003	210 ТТК	* РАГУ С КУРОЙ (* филе грудки цб, * масло подсолнечное рафинированное, * картофель, * лук репчатый, * морковь, * капуста белокочанная, **масло сладко-сливочное несоленое, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	150/40	15,79	15,65	19,00	280,97	15,65
2003	210 ТТК	* РАГУ СО СВИНИНОЙ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * картофель, * лук репчатый, * морковь, * капуста белокочанная, * мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	150/50	15,42	29,07	19,13	402,52	15,19
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,61	0,04	10,79	46,40	0,19
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	39	2,57	0,43	17,37	80,21	0,00
Итого			659	21,37	20,82	65,39	532,24	28,38
Полдник								
1996	425	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	40	7,22	6,90	5,55	113,66	5,07
1996	425	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	40	7,19	7,37	5,63	118,09	5,05
1996	627 628 629 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРОМ (* чай черный байховый, * сахар песок, вода питьевая)	150	0,16	0,00	4,87	20,12	0,03
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 (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	50	0,10	0,00	1,48	6,30	0,02
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	17	1,31	0,46	9,15	46,75	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (* печенье сахарное мука высш.сорт)	70	5,23	6,84	51,92	291,00	0,00
2016	106	* СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (аллергики) (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая)	70	5,21	6,87	40,12	243,29	0,00
Итого			327	13,92	14,20	76,34	491,03	10,10
Всего				55,81	58,12	194,06	1 505,02	40,22