

МЕНЮ

7 ноября 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
1997	324	* ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (* яйца куриные (шт.))	40	4,93	4,46	0,27	60,95	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 КРУПНОЙ РИСОВОЙ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * крупа рисовая, * масло сливочное традиционное, * сахар песок, * соль йодированная)	180	3,37	3,59	13,94	99,15	0,47
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	4,75	3,66	14,86	111,04	0,70
1996	627 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)	31	2,02	1,49	14,94	89,28	0,00
Итого			431	15,07	13,20	44,01	360,42	1,17
II Завтрак								
2008		* МАНДАРИН (* мандарин)	199	1,59	0,40	14,94	75,68	75,68
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,00
Итого			199	1,59	0,40	14,94	75,68	75,68
Обед								
1966	75	*ИКРА МОРКОВНАЯ (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	70	1,24	4,86	6,94	77,46	2,71
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 КРУПНОЙ ПЕРЛОВОЙ, С РЫБОЙ(МИНТАЙ) (* картофель, * крупа перловая, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * рыба минтай потрошённая обезглавленная, * петрушка сушеная)	200/30	7,74	2,61	15,85	118,13	5,56
1996	136	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ ПЕРЛОВОЙ,СВИНИНОЙ (аллергии) (* картофель, * крупа перловая, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр.свинина окорок д/п)	200/30	9,88	10,86	17,66	209,18	6,14
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (* полуфабр.свинина окорок д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло сливочное традиционное, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * соль йодированная)	180	11,59	19,36	19,97	302,25	10,00
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ (аллергии) (* полуфабр.свинина окорок д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180	11,58	19,40	20,35	304,17	10,04
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии) (* полуфабр.говяд. д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * соль йодированная, * масло сливочное традиционное, * масло подсолнечное рафинированное)	180	13,11	12,32	19,96	243,50	9,99
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	1,07	0,79	7,93	47,39	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,95	78,28	0,00
Итого			684	24,65	28,07	76,65	662,27	18,43
Полдник								
1996	701 686 416	* КОТЛета, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло сливочное традиционное, * 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	11,53	12,92	36,67	309,90	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	11,07	15,07	37,17	329,16	0,20
1996	701 685 416	* КОТЛета ИЗ ГОВЯДИНЫ, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ (аллергии) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло сливочное традиционное, * 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	12,53	8,62	36,86	274,87	0,24
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок фруктовый для детского питания (125мл))	125	0,00	0,00	15,00	60,00	2,50
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	125	0,50	0,38	12,88	58,75	6,25
Итого			225	11,53	12,92	51,67	369,90	2,74
Всего				52,84	54,59	187,27	1 468,27	98,02