

МЕНЮ
8 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	284 285	* ОМЛЕТ С СЫРОМ (* яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * сыр белорусское золото, * сыр российский, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	130	14,71	17,71	2,09	227,00	0,21
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* пшено, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/6	2,31	6,36	16,98	131,94	0,00
1996	таб№ 24	* ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ (* томаты парниковые)	66	0,72	0,13	2,50	15,80	16,46
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики) (* огурцы парниковые)	76	0,53	0,08	1,89	10,60	7,57
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,13	3,33	15,83	109,41	0,71
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	47	3,65	1,28	25,53	130,51	0,00
Итого			423	23,21	22,45	45,95	482,72	17,38
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	24,00
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,50
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
Итого			200	0,60	0,60	19,55	90,00	29,00
Обед								
1996	139/3	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РОЖКАМИ И КУРОЙ (* картофель, * макаронные изделия высш. сорт, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/26	7,60	7,03	16,20	159,10	5,58
1996	139/3	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РОЖКАМИ, СВИНИНОЙ (аллергики) (* картофель, * макаронные изделия высш. сорт, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/26	8,99	9,71	18,17	197,75	6,13
1996	324 ТТК	* КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (*рыба минтай филе, * батон нарезной йодированный, вода питьевая, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	50	7,31	2,99	7,11	86,36	0,06
1996	416	* КОТЛЕТА ИЗ СВИНИНЫ (аллергики) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * лук репчатый, * батон нарезной йодированный, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * сухари панировочные, * соль йодированная)	50	7,05	9,80	7,55	147,04	0,20
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, * масло сливочное традиционное, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	150	3,47	4,89	14,56	118,02	31,77
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ БЕЗ ТОМАТА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ(аллергики) (* капуста белокочанная, * масло подсолнечное рафинированное, * морковь, * лук репчатый, * сахар песок, * мука пшеничная высш. сорт, * соль йодированная)	150	3,37	6,00	14,50	127,58	31,32
2008	439	* НАПИТОК ИЗ ПОВИДЛА (* повидло, вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок)	180	0,00	0,00	11,85	46,82	0,03
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (аллергики) (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,06	0,10	3,75	17,04	1,20
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	39	2,55	0,43	17,25	79,65	0,00
Итого			645	20,93	15,34	66,97	489,95	37,44
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ (* пряники заварные)	50	3,94	3,74	15,50	193,00	0,00
2016	106	* СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ БЕЗ ЯЙЦА (аллергики) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая)	65	4,80	6,34	37,24	225,27	0,00
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	200	0,80	0,60	20,60	94,00	10,00
Итого			250	3,94	3,74	38,50	285,00	12,00
Всего				48,68	42,13	170,97	1 347,67	95,82