

МЕНЮ

9 декабря 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	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,79	2,84	30,45	165,19	0,48
1966	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* пшено, * крупа рисовая, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	3,32	10,33	28,12	213,35	0,00
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,03	3,25	15,68	107,78	0,70
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 С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	30/6	2,34	5,43	16,18	124,43	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	40	3,08	1,08	21,52	110,00	0,00
Итого			396	12,16	11,52	62,31	397,40	1,18
II Завтрак								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	169	5,16	4,31	8,09	91,25	0,92
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	170	0,68	0,51	17,51	79,90	8,50
Итого			169	5,16	4,31	8,09	91,25	0,92
Обед								
1996	75	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (* свекла, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	80	1,23	5,54	7,84	86,16	3,59
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики) (* огурцы парниковые)	79	0,55	0,08	1,98	11,09	7,92
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С МЯСОМ (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * полуфабр. свинина окорок д/п, * петрушка сушеная)	200/5	3,06	3,56	12,26	94,54	0,51
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * полуфабр. говяд. д/п, * петрушка сушеная)	200/5	3,36	2,58	12,73	88,75	0,58
2010	64	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* полуфабр. свинина окорок д/п, вода питьевая, * яйца куриные (шт.), * крупа рисовая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * мука пшеничная высш. сорт)	75/75	9,50	11,73	14,18	199,22	1,89
2007	ТТК	* «ЁЖИКИ» ИЗ СВИНИНЫ, БЕЗ ЯЙЦА, ТОМАТА (аллергики) (* полуфабр. свинина окорок д/п, вода питьевая, * крахмал картофельный, * крупа рисовая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш. сорт)	75/75	8,32	11,76	14,19	194,78	0,90
2010	ТТК	* «ЁЖИКИ» ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* полуфабр. говяд. д/п, вода питьевая, * яйца куриные (шт.), * крупа рисовая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * мука пшеничная высш. сорт)	75/75	10,71	6,05	14,18	151,71	1,89
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	160	3,67	5,24	21,07	146,17	9,83
1996	472, ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ БЕЗ МОЛОКА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* картофель, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	150	2,17	5,29	17,71	127,25	8,96
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, * груша)	180	0,23	0,06	11,42	47,55	0,04
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (* батон нарезной йодированный)	25	1,93	0,68	13,45	68,75	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,93	78,22	0,00
Итого			838	22,13	27,23	97,15	720,61	15,86
Полдник								
1996	297 ТТК	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (* творог 5,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, * ванилин, **масло сладко-сливочное несоленое, * сухари панировочные, * повидло)	150/10	18,89	11,48	31,85	305,03	0,42
2010	48	РЫБА ХЕК (МИНТАЙ), ТУШЁННАЯ БЕЗ ТОМАТА, С ОВОЩАМИ (аллергики) (*рыба минтай филе, * масло подсолнечное рафинированное, * морковь, вода питьевая, * лук репчатый, * соль йодированная)	100/100	23,91	10,85	5,56	223,89	2,16
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) витощка, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	110	0,16	0,00	0,03	0,77	0,03
Итого			320	19,05	11,48	36,73	325,30	5,45
Всего				58,50	54,54	204,28	1 534,56	23,41