

# МЕНЮ

11 октября 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
1996	284 285	* ОМЛЕТ С СЫРОМ (* яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * сыр белорусское золото, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	130	14,07	18,03	2,10	226,31	0,20
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергии) (* 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	0,73	0,13	2,52	15,89	16,55
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,14	3,34	15,84	109,56	0,72
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
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	44/5	3,41	5,40	23,63	158,87	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергии) (* батон нарезной йодированный)	50	3,85	1,35	26,90	137,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>22,35</b>	<b>26,90</b>	<b>44,09</b>	<b>510,63</b>	<b>17,47</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	154	0,62	0,62	15,12	72,51	24,69
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	153	0,61	0,46	15,76	71,91	7,65
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) вишока, 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
<b>Итого</b>			<b>204</b>	<b>0,62</b>	<b>0,62</b>	<b>19,97</b>	<b>92,01</b>	<b>29,69</b>
<b>Обед</b>								
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)	200/18	5,99	5,63	16,21	140,10	5,50
1996	139/3	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РОЖКАМИ,СВИНИНОЙ (аллергии) (* картофель, * макаронные изделия высш.сорт, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр.свинина окорок д/п)	200/15	6,18	6,58	17,70	156,08	5,89
2008	272	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА (* полуфабр.свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * лук репчатый, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	50	7,25	9,69	8,91	152,21	0,24
2008	272	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА,БЕЗ МОЛОКА (аллергии) (* полуфабр.свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * лук репчатый, вода питьевая, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	50	6,97	9,62	8,08	147,27	0,20
2008	272	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии) (* полуфабр.говяд. д/п, * лук репчатый, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	50	8,20	5,38	8,92	116,48	0,24
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, * масло сливочное традиционное, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	150	3,49	5,12	14,59	120,33	31,82
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ БЕЗ ТОМАТА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ(аллергии) (* 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
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,14	0,00	4,09	16,92	0,03
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	41	2,70	0,45	18,26	84,33	0,00
<b>Итого</b>			<b>609</b>	<b>19,57</b>	<b>20,89</b>	<b>62,06</b>	<b>513,89</b>	<b>37,59</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПРЯНИКИ (* пряники заварные)	87	6,80	6,46	26,78	333,50	0,00
2016	106	* СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая)	65	4,86	6,35	37,25	225,65	0,00
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
<b>Итого</b>			<b>287</b>	<b>6,80</b>	<b>6,46</b>	<b>49,78</b>	<b>425,50</b>	<b>12,00</b>
<b>Всего</b>				<b>49,34</b>	<b>54,87</b>	<b>175,90</b>	<b>1 542,03</b>	<b>96,75</b>