

МЕНЮ

16 сентября 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ 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	5,82	2,87	30,50	165,69	0,49
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	4,07	3,28	15,74	108,45	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 сладко-сливочное несоленое)	30/10	2,41	8,08	16,28	148,87	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	40	3,08	1,08	21,52	110,00	0,00
Итого			400	12,30	14,23	62,52	423,01	1,19
II Завтрак								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	170	5,22	4,35	8,17	92,13	0,93
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	170	0,68	0,51	17,51	79,90	8,50
Итого			170	5,22	4,35	8,17	92,13	0,93
Обед								
1996	75	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (* свекла, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	80	1,21	5,52	7,77	85,78	3,52
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 лопатка д/п, * петрушка сушеная)	200/10	4,30	4,96	12,24	123,19	0,50
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)	200/10	4,28	3,56	11,59	99,83	0,63
2010	64	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* полуфабр. говяд. д/п, * полуфабр. свинина лопатка д/п, вода питьевая, * яйца куриные (шт.), * крупа рисовая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * мука пшеничная высш. сорт)	75/75	9,56	9,70	14,04	200,78	1,72
2007	ТТК	* «ЁЖИКИ» ИЗ СВИНИНЫ И ГОВЯДИНЫ, БЕЗ ЯЙЦА, ТОМАТА (аллергики) (* полуфабр. говяд. д/п, * полуфабр. свинина лопатка д/п, вода питьевая, * крахмал картофельный, * крупа рисовая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш. сорт)	75/75	8,38	9,95	14,16	198,15	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	9,68	7,68	13,95	171,15	1,72
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	160	3,69	4,96	21,09	143,69	9,83
1996	472, ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ БЕЗ МОЛОКА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* картофель, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	150	2,18	5,29	17,79	127,63	9,00
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,22	0,05	11,22	46,61	0,00
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	78,21	0,00
Итого			843	23,42	26,29	96,74	747,01	15,57
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)	150/15	19,04	11,28	34,04	312,48	0,45
2010	48	* РЫБА ГОРБУША (ФИЛЕ), ТУШЕННАЯ БЕЗ ТОМАТА, С ОВОЩАМИ (аллергики) (* рыба горбуша филе, * масло подсолнечное рафинированное, * морковь, вода питьевая, * лук репчатый, * соль йодированная)	100/100	24,05	16,95	5,56	272,74	2,36
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) витошка, 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			325	19,20	11,28	38,92	332,75	5,48
Всего				60,14	56,15	206,35	1 594,90	23,17