

МЕНЮ

16 октября 2024 г.
Сад 10 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (* пшено, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,60	3,06	23,51	140,60	0,51
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики) (* пшено, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/5	2,88	5,55	19,78	137,32	0,00
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,12	3,33	15,83	109,36	0,71
1996	627 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 2 СОРТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (*хлеб круглый пшеничный 2 сорт, * масло сливочное традиционное)	35/5	2,71	4,48	18,49	126,65	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2 СОРТ (аллергики) (*хлеб круглый пшеничный 2 сорт)	40	3,04	0,40	20,92	101,20	0,00
Итого			400	12,43	10,87	57,83	376,61	1,22
II Завтрак								
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 (аллергики) (* груша)	125	0,50	0,38	12,88	58,75	6,25
Итого			125	0,00	0,00	15,00	60,00	2,50
Обед								
1996	193 ТТК	* СВЕКСЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (* свекла, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * томатная паста, вода питьевая, * соль йодированная, * лимонная кислота, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * сметана 15% жирности, * петрушка сушеная)	200/24	6,87	8,96	12,85	159,58	5,87
1996	120	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ, БЕЗ СМЕТАНЫ, ТОМАТА (аллергики) (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/20	6,41	9,69	7,20	142,74	9,94
1996	324 ТТК	* КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (* рыба горбуша филе, *хлеб круглый пшеничный 2 сорт, вода питьевая, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	80	11,67	7,16	10,76	153,76	0,19
2008	307	* ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики) (* бройлеры цыплята потр. 1 категории, * лук репчатый, * соль йодированная)	90	20,17	17,61	0,26	240,18	1,17
2004	216	* КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	150	3,20	10,08	23,62	198,48	11,96
2004	216	* КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	150	3,03	12,18	23,32	215,78	11,54
1996	таб№ 24	* КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (* кукуруза консервы)	15	0,30	0,00	1,65	7,48	0,62
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики) (* огурцы парниковые)	20	0,14	0,02	0,50	2,77	1,98
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С (* сухофрукты (смесь), вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,34	0,05	11,73	49,38	20,16
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (аллергики) (* слива сушеная (чернослив), вода питьевая, * сахар песок)	180	0,24	0,07	8,21	35,52	0,13
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	33	2,18	0,36	14,72	68,00	0,00
Итого			682	24,56	26,61	75,33	636,68	38,80
Полдник								
2016	311	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (* говяжья печень, * крупа рисовая, * лук репчатый, * масло сливочное традиционное, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная)	50	6,54	2,70	7,44	79,22	4,64
2016	311	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ, БЕЗ ЯЙЦА (аллергики) (* говяжья печень, * крупа рисовая, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * крахмал картофельный, * соль йодированная)	50	6,12	3,15	8,22	84,58	4,66
1986	106	* СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло сливочное традиционное, * дрожжи, * соль йодированная, * яйца куриные (шт.), * масло подсолнечное рафинированное)	50	3,99	2,70	28,79	155,46	0,00
2016	106	* СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ БЕЗ ЯЙЦА (аллергики) (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло подсолнечное рафинированное, * дрожжи, * соль йодированная, вода питьевая)	50	3,76	4,79	28,74	173,07	0,00
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,14	0,00	4,10	16,94	0,03
		* ШОКОЛАД (* шоколад "алёнка")	19	1,30	5,94	10,39	100,20	0,00
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			269	11,97	11,34	50,72	351,82	4,67
Всего				48,96	48,82	198,88	1 425,11	47,19