

МЕНЮ

17 октября 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
1996	161	* СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * макаронные изделия (вермишель), * масло сливочное традиционное, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,71	5,09	18,36	142,48	0,76
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ (аллергии) (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * петрушка сушеная)	200	2,28	4,12	15,15	108,17	1,10
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,81	3,70	21,15	136,71	0,71
1996	627 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)	34/5	2,64	4,94	18,29	129,74	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергии) (* батон нарезной йодированный)	44	3,39	1,19	23,67	121,00	0,00
Итого			399	13,16	13,73	57,80	408,93	1,47
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	210	0,84	0,84	20,53	98,47	33,52
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) виошка, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 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
Итого			260	0,84	0,84	25,38	117,97	38,52
Обед								
1996	131 114	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр. свинина окорок д/п, * яйца куриные (шт.), * петрушка сушеная)	200/20	5,72	6,52	15,57	144,68	7,79
1996	131 114	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр. свинина окорок д/п, * петрушка сушеная)	200/20	5,64	6,42	15,65	143,77	8,37
1996	131 114	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии) (* картофель, * лук репчатый, * морковь, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * полуфабр. говяд. д/п, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * петрушка сушеная)	200/20	6,34	3,73	15,59	121,67	7,88
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ (* полуфабр. свинина окорок д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш. сорт, * сметана 15% жирности, * сметана обжаренная, * соль йодированная)	70	8,94	15,68	3,79	193,38	0,68
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * соль йодированная)	50/50	13,00	19,86	4,68	251,33	0,98
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ (аллергии) (* полуфабр. говяд. д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш. сорт, * сметана 15% жирности, * соль йодированная)	35/35	10,94	9,41	3,80	143,65	0,69
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, * масло сливочное традиционное, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	130	3,04	4,22	12,80	103,00	27,65
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* капуста белокочанная, * масло подсолнечное рафинированное, * морковь, * лук репчатый, * сахар песок, * соль йодированная, * мука пшеничная высш. сорт)	130	2,88	5,03	12,44	108,17	26,96
1996	таб№ 24	* ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* томаты парниковые)	60	0,66	0,12	2,28	14,41	15,01
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии) (* огурцы парниковые)	59	0,42	0,06	1,49	8,32	5,94
1996	91 ТТК	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	180	0,60	0,04	10,76	46,26	0,19
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,97	78,36	0,00
Итого			698	21,47	27,00	62,17	580,09	51,32
Полдник								
2002	86	* САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С ЯЙЦОМ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * огурцы парниковые, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.))	150/20	4,99	17,08	15,03	234,01	8,12
2002	86	* САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * огурцы парниковые, * масло подсолнечное рафинированное)	185	3,02	17,84	17,79	244,10	9,73
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 (аллергии) (* груша)	125	0,50	0,38	12,88	58,75	6,25
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	24	1,87	0,65	13,04	66,65	0,00
Итого			319	6,86	17,73	43,07	360,66	10,62
Всего				42,33	59,30	188,42	1 467,65	101,93