

## МЕНЮ

18 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
1997	23	* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (* сыр белорусское золото)	25	6,25	6,75	0,00	85,00	0,18
1996	284	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (* яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	105	10,82	14,07	1,97	177,64	0,16
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	185	0,17	0,00	5,07	21,00	0,04
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2 СОРТ (*хлеб круглый пшеничный 2 сорт)	18	1,36	0,18	9,39	45,44	0,00
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>18,60</b>	<b>21,00</b>	<b>16,43</b>	<b>329,08</b>	<b>0,38</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	152	4,65	3,87	7,28	82,11	0,83
<b>Итого</b>			<b>152</b>	<b>4,65</b>	<b>3,87</b>	<b>7,28</b>	<b>82,11</b>	<b>0,83</b>
<b>Обед</b>								
1996	120	* ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ, СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	200/6	2,94	4,90	7,20	85,19	9,74
1996	416	* ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ (* полуфабр.говяд. д/п, * полуфабр.свинина окорок д/п, * лук репчатый, *хлеб круглый пшеничный 2 сорт, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло подсолнечное рафинированное, * сухари панировочные, * соль йодированная)	70	10,06	12,28	10,21	192,17	0,33
1996	416	* ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, *хлеб круглый пшеничный 2 сорт, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук репчатый, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	70	11,24	7,69	10,05	153,92	0,33
1996	553	* СОУС СМЕТАННЫЙ (* сметана 15% жирности, * соль йодированная, * мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	40	0,69	2,86	2,05	36,74	0,02
1996	463 таб№ 4	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	130	7,58	5,46	39,49	239,27	0,00
1996	таб№. 24	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* томаты парниковые)	37	0,40	0,07	1,40	8,83	9,20
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики) (* огурцы парниковые)	40	0,28	0,04	0,99	5,54	3,96
1997	773 ТТК	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (* шиповник сухой, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,40	0,16	10,46	52,35	52,71
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
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	37	2,46	0,41	16,66	76,93	0,00
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>24,53</b>	<b>26,14</b>	<b>87,47</b>	<b>691,48</b>	<b>72,00</b>
<b>Полдник</b>								
2004	389	* БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) (* рыба горбуша филе, *хлеб круглый пшеничный 2 сорт, вода питьевая, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	50	8,57	4,42	4,56	92,98	0,15
2008	307	* ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики) (* бройлеры цыплята потр. 1 категории, * лук репчатый, * соль йодированная)	50	11,20	9,78	0,16	133,50	0,66
2008		ВАФЛИ (* вафли с жировыми начинками)	57	2,29	16,04	37,24	303,65	0,00
2010	80	* ОВОЩНОЕ ПЮРЕ (аллергики) (* пюре овощное сады придонья)	120	0,00	0,00	5,40	24,00	1,92
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,12	0,00	0,02	0,58	0,02
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2 СОРТ (*хлеб круглый пшеничный 2 сорт)	12	0,92	0,12	6,30	30,46	0,00
<b>Итого</b>			<b>269</b>	<b>11,90</b>	<b>20,58</b>	<b>48,12</b>	<b>427,67</b>	<b>0,17</b>
<b>Всего</b>				<b>59,68</b>	<b>71,59</b>	<b>159,30</b>	<b>1 530,34</b>	<b>73,38</b>