

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		
Завтрак								
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
Итого			333	18,60	21,00	16,43	329,08	0,38
II Завтрак								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	152	4,65	3,87	7,28	82,11	0,83
Итого			152	4,65	3,87	7,28	82,11	0,83
Обед								
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
Итого			700	24,53	26,14	87,47	691,48	72,00
Полдник								
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
Итого			269	11,90	20,58	48,12	427,67	0,17
Всего				59,68	71,59	159,30	1 530,34	73,38