

МЕНЮ

1 октября 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,01	2,94	21,02	127,84	0,58
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергики) (* крупа ячневая, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180/10	1,92	9,94	17,53	164,53	0,00
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,01	3,23	15,64	107,35	0,69
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 сливочное традиционное)	34/8	2,64	7,33	18,16	150,66	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (аллергики) (* батон нарезной йодированный)	46	3,54	1,24	24,75	126,50	0,00
Итого			402	11,66	13,50	54,82	385,85	1,27
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	24,00
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергики) (* груша)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,50
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) вишняка, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	50	0,10	0,00	1,48	6,30	0,02
Итого			200	0,60	0,60	19,55	90,00	29,00
Обед								
1996	№60 ТТК	* ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (* картофель, * свекла, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	65	1,10	6,44	6,25	86,37	3,06
1996	№60-ТТК	* ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ БЕЗ СВЕКЛЫ (аллергики) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	65	1,12	6,44	6,08	85,73	2,87
1997	174	*СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ,ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	200/5	3,08	5,30	8,26	92,67	6,41
2017	19	*СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ,ГОВЯДИНОЙ, БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики) (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	200/5	3,71	2,79	12,56	89,22	7,22
1996	425	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	80	14,44	14,13	10,99	229,84	10,14
1996	425	* ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергики) (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	80	14,52	14,77	11,27	237,08	10,19
1996	273 469	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное традиционное)	140	4,83	4,31	33,03	193,31	0,00
1996	469	* РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергики) (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	140	5,04	5,38	34,68	210,44	0,00
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,05	0,09	5,57	24,01	1,03
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,36	61,68	0,00
Итого			700	25,48	30,60	77,46	687,88	20,64
Полдник								
1996	297 ТТК	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (* творог 5,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное традиционное, * сухари панировочные)	150	18,70	11,47	24,76	276,06	0,37
1996	221	* КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ (аллергики) (* картофель, вода питьевая, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	155	4,17	8,49	30,49	214,05	13,20
1996	550	* СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (* молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * сахар песок, *ванилин)	50	0,94	2,64	6,39	52,92	0,13
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (аллергики) (* мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	50	0,20	2,93	1,37	32,64	0,00
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,16	0,00	1,97	8,51	0,03
Итого			380	19,80	14,11	33,12	337,49	0,53
Всего				57,54	58,81	184,95	1 501,22	51,44