

# МЕНЮ

28 октября 2024 г.  
Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* овсяные хлопья "геркулес", * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	5,03	3,49	18,81	126,36	0,52
1996	642 ТТК	* КАКАО - НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ, С МОЛОКОМ (* какао - напиток с витаминами, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	200	3,79	2,97	14,55	99,67	9,15
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	5,85	24,18	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	32/5	2,49	4,91	17,26	124,73	0,00
<b>Итого</b>			<b>417</b>	<b>11,31</b>	<b>11,37</b>	<b>50,62</b>	<b>350,76</b>	<b>9,67</b>
<b>II Завтрак</b>								
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>23,00</b>	<b>92,00</b>	<b>12,00</b>
<b>Обед</b>								
1996	138	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, С МЯСОМ (* картофель, * фасоль, зерно, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр. свинина окорок д/п, * петрушка сушеная)	200/15	8,00	6,68	14,91	153,94	5,01
1996	138	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, С ГОВЯДИНОЙ (аллергии) (* картофель, * фасоль, зерно, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр. говяд. д/п, * петрушка сушеная)	200/15	8,45	3,73	14,39	126,37	5,02
2004	481	* ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ (* полуфабр. говяд. д/п, * батон нарезной йодированный, * полуфабр. свинина окорок д/п, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * томатная паста, * соль йодированная)	80/50	12,22	14,03	10,88	220,27	0,58
2004	481	* ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА В СОУСЕ СМЕТАННОМ, БЕЗ ТОМАТА (аллергии) (* полуфабр. говяд. д/п, * полуфабр. свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * морковь, * соль йодированная)	80/50	12,14	13,92	11,12	219,89	0,18
2004	481	* ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ (аллергии) (* полуфабр. говяд. д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * томатная паста, * соль йодированная)	80/50	13,40	8,63	10,85	175,17	0,58
1996	463 таб № 4 ТТК	* ОВОЩИ С РИСОМ (* морковь, * лук репчатый, * масло сливочное традиционное, * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная)	130	3,16	10,52	26,04	208,02	3,56
1996	таб № 24	* ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (* огурцы соленые)	10	0,27	0,00	0,29	1,17	0,51
1996	таб № 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии) (* огурцы парниковые)	30	0,21	0,03	0,74	4,16	2,97
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок)	180	0,34	0,05	11,72	49,33	0,16
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	15	1,16	0,41	8,07	41,25	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,96	78,32	0,00
<b>Итого</b>			<b>718</b>	<b>27,66</b>	<b>32,11</b>	<b>88,87</b>	<b>752,30</b>	<b>9,82</b>
<b>Полдник</b>								
1996	685 695 734	ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, * масло сливочное традиционное, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * дрожжи, * творог 5,0% жирности, * ванилин, * масло подсолнечное рафинированное)	100	10,87	5,56	47,00	281,55	0,17
1996	645	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	151	3,93	3,78	16,65	116,54	1,06
<b>Итого</b>			<b>251</b>	<b>14,80</b>	<b>9,34</b>	<b>63,65</b>	<b>398,09</b>	<b>1,23</b>
<b>Всего</b>				<b>53,77</b>	<b>52,82</b>	<b>226,14</b>	<b>1 593,15</b>	<b>32,72</b>