

## МЕНЮ

7 октября 2024 г.  
Сад 10 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
1996	255 ТТК	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	180	7,98	3,30	35,11	203,14	0,49
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,04	3,26	15,69	107,85	0,70
1997		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2 СОРТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (*хлеб круглый пшеничный 2 сорт, * масло сливочное традиционное)	41/5	3,12	4,62	21,27	140,85	0,00
<b>Итого</b>			<b>406</b>	<b>15,14</b>	<b>11,18</b>	<b>72,07</b>	<b>451,84</b>	<b>1,19</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	149	4,56	3,79	7,14	80,50	0,82
<b>Итого</b>			<b>149</b>	<b>4,56</b>	<b>3,79</b>	<b>7,14</b>	<b>80,50</b>	<b>0,82</b>
<b>Обед</b>								
1996	128/3	* РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * полуфабр.свинина окорок д/п, * петрушка сушеная)	200/11	4,88	6,63	11,99	126,93	8,40
1996	128/3	* РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ (аллергии) (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * полуфабр.говяд. д/п, * петрушка сушеная)	200/11	5,36	4,49	12,01	109,16	8,49
2004	465	* ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА (* говяжья печень, * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло сливочное традиционное, * яйца куриные (шт.), * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт)	80/80	9,90	14,83	15,15	231,76	6,00
2004	217 600	* КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЁНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, * соль йодированная)	160	3,43	9,76	25,51	204,01	11,69
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД (* смесь компотная из замороженных ягод, вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок)	180	0,07	0,11	5,80	25,45	1,35
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	38	2,51	0,42	16,96	78,32	0,00
<b>Итого</b>			<b>749</b>	<b>20,79</b>	<b>31,75</b>	<b>75,41</b>	<b>666,47</b>	<b>27,44</b>
<b>Полдник</b>								
1996	320	* РЫБА ГОРБУША(ФИЛЕ), ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (* рыба горбуша филе, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная, * масло сливочное традиционное)	80	15,35	9,05	2,73	154,12	0,27
1996	320	* СВИНИНА, ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (аллергии) (* полуфабр.свинина окорок д/п, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная, * масло сливочное традиционное)	100	18,93	22,63	3,40	294,88	0,05
1996	236 ТТК	* КАБАЧКИ ЗАПЕЧЁННЫЕ (*кабачки, * мука пшеничная высш.сорт, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	50	0,57	3,13	4,22	47,72	4,48
1996	591	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, * сахар песок)	100	0,00	0,00	14,80	58,76	0,00
2021	ТТК	* НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (* напиток витаминизированный (концентрат) вишошка, вода питьевая)	50	0,00	0,00	4,85	19,50	5,00
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	100	0,19	0,00	2,94	12,57	0,04
		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2 СОРТ (*хлеб круглый пшеничный 2 сорт)	20	1,52	0,20	10,46	50,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>17,44</b>	<b>12,38</b>	<b>37,06</b>	<b>330,70</b>	<b>9,75</b>
<b>Всего</b>				<b>57,93</b>	<b>59,10</b>	<b>191,68</b>	<b>1 529,51</b>	<b>39,20</b>