

## МЕНЮ

8 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>								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	180	4,38	2,47	25,40	136,55	0,50
1996	262 ТТК	* КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* крупа рисовая, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	200/5	1,75	5,00	23,16	139,71	0,00
1996	642 ТТК	* КАКАО - НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ, С МОЛОКОМ (* какао - напиток с витаминами, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	200	3,80	2,98	14,57	99,88	9,15
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергии) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	200	0,19	0,00	9,72	39,66	0,04
1996	628 ТТК	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	42	3,22	1,13	22,51	115,05	0,00
<b>Итого</b>			<b>422</b>	<b>11,40</b>	<b>6,58</b>	<b>62,48</b>	<b>351,48</b>	<b>9,65</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	24,00
1996	таб№ 24	* ГРУШИ (аллергии) (* груша)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,50
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,70</b>	<b>70,50</b>	<b>24,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	* САЛАТ "СВЕКОЛКА" (* свекла, * сушеные абрикосы без косточки (курага), * виноград сушеный (изюм), * масло подсолнечное рафинированное)	60	1,05	6,07	9,65	97,89	2,09
1996	40	* САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (аллергии) (* огурцы парниковые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	60	0,42	3,56	1,48	39,78	5,94
1996	ТТК	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, МЯСОМ (* картофель, * яйца куриные (шт.), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/2	2,95	3,21	15,46	102,81	7,69
1996	ТТК	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ БЕЗ ЯЙЦА, СО СВИНИНОЙ (аллергии) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. свинина окорок д/п)	200/2	2,60	2,84	16,69	103,05	8,90
1996	ТТК	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергии) (* картофель, * яйца куриные (шт.), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр. говяд. д/п)	200/2	3,56	3,39	15,47	106,98	7,83
2004	505 99	* КНЕЛИ ИЗ КУР(ПАРОВЫЕ) (* филе грудки цб, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), * масло сливочное традиционное, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	75	17,86	8,32	4,86	166,03	0,67
2004	505,99	* КНЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ(ПАРОВЫЕ) БЕЗ ЯЙЦА (аллергии) (* полуфабр. свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крахмал картофельный, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	75	12,28	19,15	7,34	252,55	0,10
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	150	3,41	5,24	19,72	139,71	9,22
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ БЕЗ МОЛОКА, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергии) (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	150	3,37	6,29	19,66	148,71	9,21
1996	588 ТТК	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	150	0,28	0,04	9,61	40,51	0,14
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (аллергии) (* виноград сушеный (изюм), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,20	0,05	7,68	32,27	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	36	2,39	0,40	16,12	74,48	0,00
<b>Итого</b>			<b>673</b>	<b>27,94</b>	<b>23,28</b>	<b>75,42</b>	<b>621,43</b>	<b>19,81</b>
<b>Полдник</b>								
2016	252	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ. ПОВИДЛОМ (* творог 5,0% жирности, * крупа манная, * сахар песок, * морковь, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, * повидло)	170/10	14,67	12,78	46,98	360,49	1,03
2012	409	* ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ С СОУСОМ БЕЛЫМ (аллергии) (* морковь, вода питьевая, * крупа манная, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * мука пшеничная высш. сорт)	175/20	1,95	7,94	12,09	128,39	1,36
1996	627 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,16	0,00	0,03	0,77	0,03
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>14,83</b>	<b>12,78</b>	<b>47,01</b>	<b>361,26</b>	<b>1,06</b>
<b>Всего</b>				<b>54,77</b>	<b>43,24</b>	<b>199,61</b>	<b>1 404,67</b>	<b>54,52</b>