

МЕНЮ

4 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	180	4,07	3,49	15,40	109,89	0,47
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	180	3,16	2,62	13,98	92,87	0,58
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (сир. российский, масло сливочно-сливочное несоленое, батон нарезной пышн.мука высш.сорт обог. микроулучшителями)	40	4,23	7,82	12,90	139,50	0,07
Итого			400	11,46	13,93	42,28	342,26	1,12
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	100	0,16	0,07	7,03	30,00	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,03	30,00	26,00
Обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (свекла, сир. российский, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	2,80	5,68	4,15	79,37	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, специи 1 категории)	180	4,97	5,79	6,55	98,74	9,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	150	7,93	8,14	18,25	178,18	9,40
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ (яблочный, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	180	0,41	0,09	19,44	82,48	11,04
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшителями)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			595	17,81	19,90	58,99	489,77	31,44
Уплотненный полдник								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, сметана 15% жирности)	115	19,14	15,92	18,90	300,57	0,20
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ(СЛАДКИЙ) (молоко пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, сахар песок)	50	0,75	1,94	6,51	52,31	0,02
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (молоко пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная)	60	5,43	5,54	39,96	231,42	0,13
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш.сорт)	55	4,20	0,34	27,61	130,30	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшителями)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			585	37,51	28,91	120,17	905,30	41,05
Всего				66,94	62,81	228,47	1 767,33	99,61

МЕНЮ

4 декабря 2024 г.
Если 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш сорта, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,39	2,92	12,79	91,56	0,39
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	170	2,97	2,47	12,78	85,91	0,55
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (сыр российский, масло сливочно-сливочное несоленое, батон нарезной пшенич мука высш сорт обог. микроулучшенными)	35	3,84	7,65	10,32	126,05	0,07
Итого			355	10,20	13,04	35,89	303,52	1,01
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	100	0,16	0,07	7,01	29,92	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,01	29,92	26,00
Обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (свекла, сыр российский, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	30	1,39	2,76	2,09	38,91	1,01
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, пшеница 1 категории)	150	4,10	5,17	6,09	87,77	7,83
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (пшеница 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	120	6,00	6,11	15,97	142,98	8,22
2012	372	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ (яблочки, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	150	0,36	0,08	17,87	75,64	9,61
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшенными)	20	1,36	0,16	8,56	41,36	0,00
Итого			470	13,21	14,28	50,58	386,66	26,67
Уплотненный полдник								
2012	189	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ (крупа рисовая, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (кат.), сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная)	110	17,06	13,91	17,04	266,11	0,18
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) (мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, сахар песок)	50	0,76	1,95	5,73	49,42	0,02
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (кат.), дрожжи, соль йодированная)	50	5,10	4,76	37,18	211,85	0,11
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарины)	95	0,76	0,19	7,12	36,09	36,09
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшенными)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			515	32,28	24,86	102,65	778,10	37,18
				55,85	52,25	196,13	1 498,20	90,86