



МЕНЮ 5 ноября 2024 г. Сад 12 часов

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.) 1, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочно-сливочное несоленое, соль (подсолнечное))	110	11,38	15,60	2,00	193,95	0,16
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консерв., масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,67	3,69	36,60	2,34
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное несоленое, батон нарезан ломтиками, масло сливочно-сливочное несоленое)	30	1,91	4,87	12,90	103,10	0,00
Итого			400	21,15	27,44	26,69	446,65	5,50
II Завтрак								
	ТК№20	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ (картофель, огурцы (пучок), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль (подсолнечное))	50	0,87	2,16	6,46	48,94	4,49
2012	57	БОРЩ (свиная, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное рафинированное, сливочное масло, вода питьевая, специи 1 пакетик, сметана 15% жирности, соль (подсолнечное))	180	4,83	6,69	7,45	111,72	4,96
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (каша гречневая (пшеница), вода питьевая, масло сливочно-сливочное несоленое, соль (подсолнечное))	130	4,36	3,46	27,57	158,66	0,00
2012	282	БИТОЧКИ (пшеница 1 сорт, яйцо куриное, сахар-песок, мука высшего сорта, масло сливочно-сливочное несоленое, соль (подсолнечное))	70	10,41	10,52	7,44	165,83	0,00
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль (подсолнечное))	50	2,07	6,07	6,43	88,95	0,26
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшеничный (оба: микробиологически))	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			685	25,14	29,30	83,77	702,60	13,31
Уплотненный полдник								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ С ЯБЛОКАМИ (морковь, огурцы (пучок), помидоры (пучок), яблоко, петрушка (пучок), масло подсолнечное рафинированное, соль (подсолнечное))	50	0,49	2,81	2,78	37,31	9,65
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, соль (подсолнечное))	130	2,72	3,72	18,63	118,77	9,00
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба минтай (замороженная), картофель (печеный), морковь (печеная), лук репчатый (печеный), мука высшего сорта, масло сливочно-сливочное несоленое, соль (подсолнечное))	70	8,31	6,53	4,68	111,17	0,20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай (печеный), сахар-песок, чай (печеный (чайный)))	180	0,12	0,00	9,92	40,14	0,02
2008		кондитерское изделие в ассортименте (вафля) (вафли с фруктами (печеные))	35	0,98	1,16	27,07	123,97	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (пшеница) высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,61	130,30	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшеничный (оба: микробиологически))	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
Итого			545	18,49	14,56	101,26	613,33	16,87
Всего				65,18	71,70	223,52	1 809,48	47,68



МЕНЮ 5 ноября 2024 г. Заси 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ тех- карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичная цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, соль, масло растительное, 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочно-сливочное, молоко, соль, изюм)	90	8,53	12,21	1,50	150,03	0,12
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервированная, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,61	3,68	36,05	2,33
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер, 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное, молоко, фарш говяжий, соль, мука, яйца, соль, сахар, изюм)	25	1,53	4,81	10,32	90,76	0,00
Итого			355	17,31	23,40	24,59	378,54	5,15
II Завтрак								
		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ (картофель, огурцы, петрушка, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль, изюм)	40	0,67	1,63	5,10	37,66	2,74
2012	57	БОРЩ (свиная, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар, перец, яйца куриные, петрушка, 1 картошка, свекла 10% жирности, соль, изюм)	150	4,19	6,30	7,98	108,36	5,33
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода, яйца куриные, масло сливочно-сливочное, молоко, соль, изюм)	110	3,78	3,58	23,98	143,09	0,00
2012	282	БИТОЧКИ (яйца куриные, фарш говяжий, соль, мука, яйца, соль, сахар, изюм)	50	7,53	7,89	6,16	125,69	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер, 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, изюм)	30	1,24	3,65	3,86	53,38	0,16
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок апельсиновый)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшеничный, сахар, изюм)	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
Итого			350	19,46	23,33	70,43	573,68	11,23
Уплотненный полдник								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ С ЯБЛОКАМИ (картофель, огурцы, петрушка, томаты, яблоки, капуста (салат), масло подсолнечное рафинированное, соль, изюм)	30	0,29	1,81	1,68	22,68	5,70
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер, 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное, молоко, соль, изюм)	120	2,51	2,49	17,07	101,06	8,30
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба, молоко, картофель, фарш говяжий, яйца куриные, мука высшего сорта, сахар, изюм)	50	8,77	4,08	4,69	91,58	0,14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар, соль, чай черный байховый)	150	0,10	0,00	7,89	31,99	0,02
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ВАФЛЯ) (вафли с фруктами, изюм, начинка)	25	0,70	0,83	19,42	88,95	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенично-фарш говяжий, мука высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшеничный, сахар, изюм)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			435	16,75	9,42	79,55	472,32	14,16
Всего				53,92	56,55	184,37	1 471,52	40,54