



МЕНЮ 31 октября 2024 г. Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерго- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, кашо, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	6,89	9,54	28,27	227,67	0,94
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	200	3,50	2,91	14,52	99,07	0,64
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшен мука высш. сорт обог. микроэлементами)	40	1,97	0,75	23,79	108,10	6,00
Итого			440	12,36	13,20	66,58	434,84	7,58
II Завтрак								
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (БАНАН) (банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,01	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,01	10,00
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (помиды грунтовые, лук репчатый, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	0,68	3,11	2,58	42,14	34,50
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ (капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	180	4,12	5,98	10,06	110,82	5,76
2008	260	АЗУ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, гуаран соевый, картофель, соль йодированная)	150	11,00	13,86	15,71	231,92	7,72
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			615	18,50	23,35	58,75	521,88	51,98
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, масло сливочное несоленое, соль йодированная)	160	5,46	3,19	34,92	190,39	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, масло сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	70	8,96	9,14	3,26	130,97	0,47
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,52	2,87	14,64	99,52	0,52
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ВАФЛЯ) (вафли с фруктово-ягодной начинкой)	35	0,98	1,16	27,06	123,90	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш. сорт)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	2,83	0,33	17,67	85,00	0,00
Итого			545	25,95	17,03	125,15	760,03	0,99
Всего				58,31	54,08	271,48	1 812,76	70,55

МЕНЮ

31 октября 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	5,07	7,16	21,07	169,91	0,69
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	180	3,14	2,62	13,41	90,51	0,58
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшени мука высш. сорт, обог. микроэлементами)	30	1,56	0,59	17,57	80,80	4,00
Итого			360	9,77	10,37	52,05	341,22	5,27
II Завтрак								
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (БАНАН) (банан)	100	1,50	0,50	20,99	95,97	10,00
Итого			100	1,50	0,50	20,99	95,97	10,00
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (томаты грунтовые, лук репчатый, перец зеленый сладкий, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	0,50	2,13	1,90	29,55	24,05
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ (капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	180	4,12	5,99	10,07	110,92	5,77
2008	260	АЗУ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, огурцы соленые, картофель, соль йодированная)	110	7,77	9,72	13,13	171,51	6,50
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
Итого			500	14,42	18,16	48,18	416,05	39,32
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,25	4,52	33,52	195,89	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	60	7,44	7,67	2,99	110,69	0,40
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	150	2,65	2,16	11,42	76,59	0,39
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ВАФЛЯ) (вафли с фруктово-ягодной начинкой)	25	0,70	0,83	19,42	88,95	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			445	20,42	15,59	95,95	608,18	0,79
Всего				46,11	44,62	217,17	1 461,42	55,38