

МЕНЮ
19 июня 2024 г.
Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 4 | 8,1 | 11,8 | 81 | 0 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 205 | 6 | 8 | 27 | 203 | 0,5 |
| | ТК№040 | ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 180 | 3,2 | 2,8 | 13,6 | 77 | 0,5 |
| Итого | | | 415 | 13,2 | 18,9 | 52,4 | 361 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный) | 182 | 0,9 | 0,2 | 18,4 | 78 | 3,6 |
| Итого | | | 182 | 0,9 | 0,2 | 18,4 | 78 | 3,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№015 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) | 48 | 0,4 | | 1,3 | 7 | 2 |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куриная грудка филе, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень)) | 215 | 4,7 | 5,8 | 13,1 | 127 | 7,1 |
| 2012 | 34 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная) | 80 | 17 | 10,1 | 3 | 190 | 13 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная) | 160 | 2,6 | 7,4 | 14,3 | 134 | 9,84 |
| | ТК№046 | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая) | 185 | | | 19,1 | 73 | 0 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 20 | 2 | 0,2 | 12,7 | 61 | 0 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 23 | 1,9 | 0,8 | 12,9 | 66 | 0 |
| Итого | | | 731 | 28,6 | 24,3 | 76,4 | 658 | 31,94 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности) | 110 | 19,5 | 9,9 | 17,7 | 243 | 0,22 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, ванилин) | 55 | 1 | 2,5 | 7,2 | 43 | 0,11 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 214 | 6,4 | 4,2 | 10,4 | 105 | 1,17 |
| | | МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин) | 106 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | 15,2 |
| 2008 | 467 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное) | 65 | 4,8 | 7,7 | 31,1 | 143 | 0 |
| Итого | | | 550 | 32,5 | 24,5 | 73,9 | 572 | 16,7 |
| Всего | | | | 75,2 | 67,9 | 221,1 | 1669 | 53,24 |