

МЕНЮ

26 апреля 2024 г.

Дети сад

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35 | 1,60 | 5,00 | 18,00 | 98,90 | 0,00 |
| 2008 | 10 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 50 | 0,60 | 2,00 | 11,10 | 35,60 | 2,20 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 140 | 6,70 | 17,90 | 2,40 | 208,30 | 0,21 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) | 180 | 4,32 | 5,52 | 45,24 | 208,30 | 0,00 |
| УСП | ТК№043 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 1,50 | 2,40 | 12,40 | 89,90 | 0,47 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) | 180 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 405 | 10,40 | 27,30 | 43,90 | 432,70 | 2,88 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0,00 | 0,20 | 18,20 | 82,80 | 3,60 |
| к/к | ТК №010 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,80 | 82,80 | 6,00 |
| Итого | | | 180 | 0,00 | 0,20 | 18,20 | 82,80 | 3,60 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 43 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 50 | 0,70 | 6,30 | 6,40 | 83,30 | 3,86 |
| 2008 | 88 | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/5 | 3,30 | 5,90 | 6,10 | 98,90 | 7,06 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (аллергии) | 200 | 3,30 | 5,90 | 6,10 | 98,90 | 10,58 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергии) | 200 | 1,39 | 3,40 | 6,80 | 63,87 | 9,61 |
| 2008 | 312 | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 80 | 8,80 | 15,40 | 1,90 | 199,90 | 0,58 |
| 2008 | 228 | РЫБА ТУШЕНАЯ С МОРКОВЬЮ (аллергии) | 80 | 8,80 | 15,40 | 1,90 | 199,90 | 0,58 |
| 2008 | 257 | ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (аллергии) | 80 | 8,80 | 15,40 | 1,90 | 199,90 | 0,58 |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 3,60 | 2,90 | 28,70 | 155,10 | 0,00 |
| 2008 | 333 | РИС ОТВАРНОЙ (аллергии) | 130 | 3,60 | 2,90 | 28,70 | 155,10 | 0,00 |
| УСП | ТК№022 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 180 | 0,00 | 0,00 | 1,30 | 5,60 | 0,46 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) | 180 | 0,19 | 0,00 | 6,86 | 28,21 | 0,04 |
| УСП | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,70 | 0,20 | 14,00 | 47,50 | 0,00 |
| УСП | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 1,90 | 1,00 | 21,00 | 80,50 | 0,00 |
| Итого | | | 705 | 20,00 | 31,70 | 79,60 | 670,80 | 11,96 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 160 | 1,20 | 1,20 | 12,60 | 69,30 | 5,92 |
| 2008 | 338 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергии) | 180 | 1,20 | 1,20 | 12,60 | 69,30 | 5,92 |
| 2008 | 435 | РЯЖЕНКА | 180 | 5,20 | 4,50 | 7,60 | 97,20 | 0,54 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) | 180 | 0,19 | 0,00 | 6,86 | 28,21 | 0,04 |
| УСП | ТК №010 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| УСП | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,70 | 0,20 | 14,00 | 47,50 | 0,00 |
| 2008 | 453 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 70 | 7,00 | 6,50 | 32,70 | 228,80 | 0,07 |
| Итого | | | 535 | 15,50 | 12,80 | 76,70 | 489,80 | 16,53 |
| Всего | | | | 45,90 | 72,00 | 218,40 | 1 676,10 | 34,96 |