

**МЕНЮ**

28 мая 2025 г.

**АЛЛЕРГИКИ САД**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
		КАША РИСОВАЯ НА ВОДЕ	205	2,02	0,29	25,19	111,41	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>4,31</b>	<b>1,16</b>	<b>46,50</b>	<b>213,72</b>	<b>0,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ	153	0,59	0,45	15,29	69,75	3,06
<b>Итого</b>			<b>153</b>	<b>0,59</b>	<b>0,45</b>	<b>15,29</b>	<b>69,75</b>	<b>3,06</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САПАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,41	2,82	4,12	44,39	1,54
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ	200/10	5,17	6,55	15,80	142,97	4,86
		КУРА ОТВАРНАЯ	50	10,38	10,50	0,00	135,75	0,42
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,35	6,44	15,72	130,00	6,46
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,10	18,58	77,73	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,69	0,20	10,56	50,80	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,88	0,75	12,84	65,69	0,00
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>22,33</b>	<b>27,36</b>	<b>77,62</b>	<b>647,33</b>	<b>13,28</b>
<b>Полдник</b>								
		ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	150	2,75	4,86	15,92	119,32	18,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,27	0,00	14,92	77,49	0,44
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,73	0,33	16,96	81,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>7,45</b>	<b>5,39</b>	<b>58,40</b>	<b>329,41</b>	<b>18,54</b>
<b>Всего</b>				<b>34,68</b>	<b>34,36</b>	<b>197,81</b>	<b>1 260,21</b>	<b>34,89</b>