МЕНЮ

29 апреля 2025 г.

АЛЛЕРГИКИ САД

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	205	3,00	0,29	24,41	111,22	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
Итого			415	5,35	1,16	45,84	214,24	0,02
II Завтрак								
	ТК № 002	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	3,31	3,83	12,08	96,31	6,71
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,61	9,69	2,38	183,32	13,44
2012	344	ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	150	2,43	5,71	14,77	121,17	13,42
		КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,77	0,05	17,02	72,16	0,24
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,88	0,75	12,85	65,79	0,00
Итого			729	27,44	20,27	73,12	606,95	35,81
Полдник								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	205	3,58	1,80	21,85	117,91	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,09	0,00	7,91	31,99	0,02
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,40	0,40	9,92	47,56	10,12
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			546	6,74	2,52	56,75	280,13	10,14
Всего				39,72	23,95	181,93	1 126,95	46,01