

МЕНЮ

7 апреля 2025 г.

АЛЛЕРГИКИ САД

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Глютен С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,30	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ НА ВОДЕ	205	4,41	1,04	30,91	150,70	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
Итого			415	6,76	1,91	52,34	253,72	0,02
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	158	0,60	0,60	14,70	65,90	5,97
Итого			158	0,60	0,60	14,70	65,90	5,97
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	49	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200/10	3,73	4,54	5,41	77,1	2,74
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ	60	10,61	9,13	0,00	124,33	0,00
		РЫБА ОТВАРНАЯ	60	9,39	0,35	0,00	40,47	0,24
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА ВОДЕ	150	2,91	5,36	23,72	155,06	12,00
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			759	30,34	20,28	74,49	604,01	16,88
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	22,04	26,84	30,17	450,13	1,44
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			450	26,50	27,36	63,62	606,39	1,45
Всего				64,20	50,15	205,15	1 530,02	24,32