

МЕНЮ
11 июня 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		
Завтрак								
2012	1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	205	3,58	1,80	21,85	117,91	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
Итого			415	5,93	2,67	43,28	220,93	0,02
II Завтрак								
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ	171	0,66	0,49	17,08	77,96	3,42
Итого			171	0,66	0,49	17,08	77,96	3,42
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,41	2,82	4,12	44,39	1,54
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200/10	3,25	4,43	1,20	57,72	0,50
		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	0,37	0,08	16,45	68,65	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
Итого			700	20,33	25,22	60,89	553,00	8,92
Полдник								
		ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	150	1,24	4,56	3,59	61,06	11,86
	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№018	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,81	5,01	43,42	185,37	0,00
Итого			425	7,02	9,77	72,53	374,92	12,30
Всего				33,94	38,15	193,78	1 226,81	24,66