

МЕНЮ

3 апреля 2026 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,69	2,84	10,28	82,10	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,95	24,03	0,01
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,28	0,28	6,90	33,10	7,04
Итого			461	6,35	8,10	44,54	280,27	7,80
II Завтрак								
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	6,50	26,36	0,02
Итого			200	0,10	0,00	6,50	26,36	0,02
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	195/8/12	5,60	9,30	14,81	166,22	10,16
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80	11,72	11,89	8,35	189,54	0,09
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,94	2,74	35,44	188,71	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,00	7,26	37,54	0,20
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,49	0,57	10,25	52,27	0,00
Итого			725	23,51	24,73	85,44	681,57	12,95
Полдник								
		ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	195	18,07	20,63	29,77	376,76	0,67
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			405	20,25	20,89	48,71	463,58	0,71
Всего				50,21	53,72	185,19	1 451,78	21,48