

МЕНЮ
3 октября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	6,47	6,23	15,42	144,78	0,13
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			430	15,87	19,03	55,82	430,78	1,43
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	153	0,60	0,51	15,42	70,07	2,99
Итого			153	0,60	0,51	15,42	70,07	2,99
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,75	2,74	4,36	44,98	2,04
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,00	1,98	7,52	52,08	3,70
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ	205	5,94	7,20	43,92	264,70	19,20
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,01	0,06	15,70	68,23	0,32
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,88	0,75	12,85	65,79	0,00
Итого			700	12,28	12,93	94,95	546,78	25,26
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	185	9,21	14,71	28,60	283,61	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
Итого			414	9,91	14,81	36,51	320,03	5,12
Всего				38,66	47,28	202,70	1 367,66	34,80