

МЕНЮ
6 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,56	0,59	17,57	80,80	4,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	205	3,58	1,80	21,85	117,91	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			415	5,33	2,39	45,64	224,34	4,04
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	162	0,60	0,51	15,42	70,07	2,99
Итого			162	0,60	0,51	15,42	70,07	2,99
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/1	0,98	3,68	5,42	59,40	4,15
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	21,86	22,82	4,06	308,65	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,33	4,61	33,23	203,46	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,27	0,00	14,92	77,49	0,44
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,99	0,12	6,38	30,92	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,10	0,50	7,65	39,08	0,00
Итого			754	32,93	31,73	72,96	726,00	7,26
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	210	13,50	12,35	10,29	206,79	2,47
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			446	16,30	13,05	36,99	331,09	2,47
Всего				55,16	47,68	171,01	1 351,50	16,76