

МЕНЮ
6 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	40	1,62	4,61	21,26	131,28	6,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			425	6,88	12,71	55,38	361,91	6,54
II Завтрак								
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,75	2,74	4,36	44,98	2,04
2012	73	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,84	5,84	12,55	110,60	6,31
		МЯСО ОТВАРНОЕ	50	9,09	7,82	0,00	106,58	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	5,34	2,42	34,19	180,06	0,00
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,14	0,11	9,41	39,63	0,72
	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			695	20,74	19,88	83,96	598,64	9,07
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,32	0,00	1,04	5,60	1,60
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,79	4,15	22,77	139,81	11,52
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	3,41	0,40	21,24	102,20	0,00
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,10	18,58	77,73	0,00
Итого			399	6,97	4,65	63,63	325,34	13,12
Всего				34,78	37,24	209,19	1 311,52	28,77