

МЕНЮ

10 июня 2025 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	1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	205	3,00	0,29	24,41	111,22	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			415	5,44	1,16	46,05	215,45	0,04
II Завтрак								
	ТК № 002	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								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	58	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	2,00	3,57	1,41	45,89	1,31
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,46	9,66	1,20	177,72	12,84
2012	344	ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	150	1,12	5,45	4,10	70,75	8,02
		КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,85	0,05	19,11	80,97	0,27
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,88	0,75	12,85	65,79	0,00
Итого			739	24,75	19,72	52,69	509,32	24,44
Полдник								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	205	3,58	1,80	21,85	117,91	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	7,94	32,16	0,02
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,77	46,87	9,97
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80	0,00
Итого			545	7,08	3,40	60,16	301,74	9,99
Всего				37,46	24,28	165,12	1 052,14	34,51