

МЕНЮ
12 февраля 2026 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	35	1,55	3,46	19,22	112,79	2,11
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49	0,52
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16	0,55
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,13	25,00	5,00	258,75	0,38
Итого			510	11,39	35,09	56,59	588,19	3,56
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 № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,05	1,24	6,93	4,95
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	6,67	10,02	10,11	157,99	8,32
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	210	13,29	11,93	32,22	305,43	16,75
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			699	24,70	23,13	77,72	634,56	30,04
Полдник								
		МЯСО ОТВАРНОЕ	50	9,09	7,82	0,00	106,58	0,00
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К,	135	2,85	8,63	19,05	165,87	10,53
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,64	0,35	16,92	81,38	0,00
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
Итого			405	15,34	16,85	50,17	414,68	10,77
Всего			51,53	75,07	190,98	1 663,79	44,39	