

МЕНЮ

24 апреля 2026 г.

АЛЛЕРГИКИ САД

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	35	1,55	3,46	19,22	112,79	2,11
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,50
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	97	0,39	0,39	9,51	45,59	3,88
Итого			462	4,76	7,92	45,39	302,24	6,52
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	52	0,66	0,05	2,50	13,24	42,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	4,47	6,57	8,97	113,33	5,02
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	8,75	6,91	19,56	124,26	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,42	10,52	23,26	202,51	11,44
		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			717	21,64	25,18	88,44	617,55	58,48
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ	205	12,30	14,55	23,32	274,29	11,75
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	6,50	26,36	0,02
Итого			425	14,39	14,81	42,54	361,84	11,77
Всего				40,79	47,91	176,37	1 281,63	76,77