

МЕНЮ
11 июля 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 МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	35	1,60	4,72	19,07	123,88	4,80
		КАША РИСОВАЯ НА ВОДЕ	205	2,69	0,39	32,30	143,39	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			420	4,48	5,11	57,59	292,90	4,84
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	58	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,89	4,34	15,81	118,00	0,50
		МЯСО ОТВАРНОЕ	50	9,09	7,82	0,00	106,58	0,00
		ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	135	0,12	0,91	0,67	11,42	0,34
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,11	15,91	65,62	1,06
	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			693	17,20	14,13	57,14	425,41	3,90
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,62	11,20	10,96	194,85	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	160	0,41	2,72	2,14	35,06	0,64
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	0,12	6,34	30,48	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			436	14,04	14,04	27,84	294,39	0,64
Всего				35,72	33,28	142,57	1 012,70	9,38