

МЕНЮ
26 декабря 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	6,47	6,23	15,42	144,78	0,13
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			430	15,87	19,03	55,82	430,78	1,43
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	153	0,61	0,52	15,73	71,47	3,04
Итого			153	0,61	0,52	15,73	71,47	3,04
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	0,86	2,75	5,08	48,44	2,38
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	6,57	5,99	13,65	135,65	7,67
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	205	20,83	20,71	29,25	386,57	11,76
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,01	0,06	15,70	68,23	0,32
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,90	15,43	78,95	0,00
Итого			730	33,56	30,65	91,83	779,04	22,13
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,59	0,10	1,88	11,88	4,95
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ	155	4,89	10,80	28,36	230,31	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			384	5,67	10,90	36,46	267,82	5,09
Всего			55,71	61,10	199,84	1 549,11	31,69	