

МЕНЮ

3 июля 2025 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	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
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,95	24,03	0,01
Итого			415	5,32	1,16	45,78	213,85	0,01
Обед								
2008	43	САПАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,10	7,18	0,25	66,08	0,96
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ	200/10	4,09	5,36	7,15	93,79	3,32
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ	50	9,09	7,82	0,00	106,58	0,00
2008	130	ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	150	0,12	0,02	0,67	3,35	0,34
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
	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			700	17,17	21,33	37,74	412,22	4,66
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	4,46	1,05	31,19	152,06	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,08	0,00	7,90	31,92	0,02
		ГРУША СВЕЖАЯ	99	0,40	0,30	10,20	46,53	4,95
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,29	3,01	26,05	111,22	0,00
Итого			534	7,23	4,36	75,34	341,73	4,97
Всего				29,72	26,85	158,86	967,80	9,64