

МЕНЮ
25 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
Итого			415	9,34	12,10	40,01	289,42	0,52
II Завтрак								
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,78	7,32	5,78	92,22	3,76
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10	1,85	4,77	10,42	93,08	7,33
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ	50	9,09	7,82	0,00	106,58	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,48	1,98	9,70	66,33	5,84
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,90	15,43	78,95	0,00
Итого			700	18,68	23,03	60,27	523,99	16,97
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	220	40,37	24,55	28,17	503,33	0,44
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	8,15	33,37	0,04
		ГРУША СВЕЖАЯ	99	0,40	0,30	10,20	46,53	4,95
	TK№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,29	3,01	26,05	111,22	0,00
Итого			549	43,25	27,86	72,57	694,45	5,43
Всего			71,46	62,99	179,07	1 533,49	22,96	