

МЕНЮ

6 мая 2025 г.

АЛЛЕРГИКИ САД

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	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ						
2008	184	КАША РИСОВАЯ НА ВОДЕ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ	205	2,02	0,29	25,19	111,41	0,00
			180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
Итого			415	4,37	1,16	46,62	214,43	0,02
II Завтрак								
2008	430	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								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,50	0,13	1,90	12,00	0,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	6,09	5,71	18,77	151,07	6,57
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	205	24,85	7,66	25,33	297,23	18,85
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,95	24,03	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,99	0,12	6,38	30,92	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,27	52,23	0,00
Итого			685	34,00	14,22	68,60	567,48	30,43
Полдник								
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ	50	9,09	7,82	0,00	106,58	0,00
		РЫБА ОТВАРНАЯ	60	9,28	0,35	0,00	40,04	0,24
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА ВОДЕ	130	2,41	4,97	19,56	132,76	9,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,00	0,12	6,41	31,06	0,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,14	0,14	9,16	39,26	1,41
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,73	0,33	16,96	81,60	0,00
Итого			480	24,65	13,73	52,09	431,30	11,55
Всего				63,21	29,11	173,53	1 238,84	42,04