

МЕНЮ
17 сентября 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 СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	35	1,68	2,52	18,96	81,60	2,16
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	15,71	21,42	2,96	151,98	0,20
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			370	17,58	23,94	28,14	259,21	2,40
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	144	0,60	0,51	15,42	70,07	2,99
Итого			144	0,60	0,51	15,42	70,07	2,99
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,74	5,64	6,90	86,58	9,76
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,33	4,61	33,23	203,46	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,27	0,00	14,92	77,49	0,44
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,99	0,12	6,38	30,92	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,10	0,50	7,65	39,08	0,00
Итого			619	11,83	10,87	70,38	444,53	12,20
Полдник								
		КАПУСТА С РИСОМ	200	4,37	3,07	22,84	138,30	29,47
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,50	20,00	4,00	207,00	0,30
Итого			536	9,67	23,77	53,54	469,60	29,77
Всего				39,68	59,09	167,48	1 243,41	47,36