

МЕНЮ  
19 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	35	1,60	4,60	18,34	119,92	4,40
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
Итого			420	8,99	12,90	59,56	371,95	4,94
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								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,39	0,00	1,26	6,79	1,94
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	4,57	4,48	21,35	144,14	3,30
		МЯСО ОТВАРНОЕ	55	10,61	9,13	0,00	124,34	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	1,97	0,11	9,10	80,46	9,10
		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,14	0,14	9,16	39,27	1,41
	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			693	21,97	15,00	69,02	535,15	15,75
Полдник								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	155	2,99	2,58	20,19	102,28	9,48
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,35	0,16	8,43	40,54	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			361	4,34	2,74	37,02	176,82	9,48
Всего				35,49	30,64	171,82	1 109,55	30,21