

МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

АЛЛЕРГИКИ ЯСЛИ

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 35 | 1,60 | 4,60 | 18,34 | 119,92 | 4,40 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 4,90 | 4,50 | 0,30 | 63,00 | 0,00 |
| | ТК№02 6 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,02 | 0,01 | 5,39 | 21,67 | 0,00 |
| Итого | | | 255 | 6,52 | 9,11 | 24,03 | 204,59 | 4,40 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | ТК№00 2 | ГРУША СВЕЖАЯ | 153 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 | 3,00 |
| Итого | | | 153 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 | 3,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№01 1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 39 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,60 | 1,60 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10 | 4,62 | 5,42 | 7,09 | 96,73 | 9,87 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 50/50 | 15,78 | 16,71 | 3,77 | 228,34 | 0,65 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | 6,11 | 6,08 | 27,69 | 189,71 | 0,00 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 150/10 | 0,05 | 0,00 | 7,63 | 39,09 | 0,20 |
| | ТК№00 3 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| Итого | | | 589 | 27,86 | 28,33 | 53,58 | 590,47 | 12,32 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 190 | 13,79 | 12,95 | 15,04 | 233,43 | 21,20 |
| | ТК№00 3 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| | ТК№03 7 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 150 | 0,10 | 0,01 | 14,10 | 54,00 | 1,90 |
| | ТК№00 5 | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 100 | 2,50 | 20,00 | 4,00 | 207,00 | 0,30 |
| Итого | | | 460 | 17,39 | 33,08 | 39,54 | 525,43 | 23,40 |
| Всего | | | | 52,37 | 71,02 | 132,65 | 1 390,99 | 43,12 |