

МЕНЮ
27 апреля 2024 г.

Группа с пищевой аллергией

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								
2008	57	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА ВОДЕ	200	3,6	1	19,4	100	0
2008		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008		БАТОН	25	2	0,3	12,3	60	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,7	31	0
Итого			445	10,6	5,8	39,7	252	0
II Завтрак								
2008	141	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Обед								
2008		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	30	0,4	1,8	2,3	28	7,8
2008		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	2,9	2,5	9,7	74	5
2008		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	150	9	10,9	19,4	212	9,8
2008	132	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150			4,9	19	0
Итого			560	14,3	15,5	49	394	22,6
Уплотненный полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	25	0,3		0,9	6	5,9
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,2	0,5	26,7	128	0
2008		МЯСО ОТВАРНОЕ	50	9,7	8,3		114	0
2008	139	КРЕКЕР	30	1,8	1,4	22,5	110	0
2008	429	ЧАЙ СЛАДКИЙ	150	0,1		5,1	20	0
2008	141	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			485	16,5	10,6	63,8	419	14,7
Всего				41,8	32,3	161,1	1106	46,1

Шаповалова Е.Е., Пряхина И.П., Соловьева Г.В.