

Утверждаю



МЕНЮ

19 апреля 2024 г.

Безмолочно - безглютеновое 7-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	71	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ	30	13.77	0,2		0,8	4
2016	356	РИС С ГОРОШКОМ, КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ	150	32.96	3,8	5,4	34,4	201
2011	294	БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (Б/Г)	100	83.83	20	4,8	12,8	173
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	12.27	0,5	0,6	8,1	42
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.69	0,2		7,2	30
2011	338	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	30.00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				175.52	25,1	11,2	73,1	497
Обед								
2015	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	20.04	1.6	5.1	6.9	80
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	250	57.34	7.7	9.5	19.2	195
2011	292	ФИЛЕ КУРИНОЕ ТУШЕННОЕ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ Б/Г	200	121.91	23.7	15.8	14.7	289
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	30.00	1.2	1.4	19.9	102
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9.19	0.7	0.3	16.2	82
Итого				238.48	35.1	33.2	76.5	756.6
Всего				414.00	60.2	44.4	149.6	1253.6



