



# МЕНЮ

10 октября 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	
<b>Завтрак</b>								
2016	47	САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	42,43	1,00	6,20	2,60	71,00
2011	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ (Б/Г)	200	104,37	12,80	11,90	13,70	213,00
	ПП	ХЛЕБ "ОРГАНИК" БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	16,53	1,60	2,60	12,80	83,00
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,99	0,20	0,00	6,90	30,00
2011	341	МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	46,00	0,80	0,20	7,50	38,00
<b>Итого</b>				<b>212,32</b>	<b>16,40</b>	<b>20,90</b>	<b>43,50</b>	<b>435,00</b>
<b>Обед</b>								
2011	67	ВИНЕГРЕТ	100	29,65	1,40	10,20	7,20	126,00
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	19,65	1,70	5,20	8,50	88,00
2011	302.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	150	12,38	9,20	7,40	45,40	281,00
2008	257	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО (Б/Г)	100	94,11	22,90	8,60	3,90	176,00
	ПП	ХЛЕБ "ОРГАНИК" БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	27,89	2,70	4,40	21,70	140,00
2011	389	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	18,00	0,00	0,00	23,00	92,00
<b>Итого</b>				<b>201,68</b>	<b>37,90</b>	<b>35,80</b>	<b>109,70</b>	<b>903,00</b>
<b>Всего</b>				<b>414,00</b>	<b>54,30</b>	<b>56,70</b>	<b>153,20</b>	<b>1 338,00</b>



  
  
