

ООО "Воскресенье"

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ *М.С.С.*



**АБОНЕМЕНТНОЕ ПИТАНИЕ СТОИМОСТЬЮ 173,00 РУБ  
 (ЗАВТРАК- 63,00 РУБ, ОБЕД - 110,00 РУБ)**

" 14 " 12 2021 г

10 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,2	7,1	12,6	113
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,6	5,2	12,9	116
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,2	22,4	84,8
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,8	23,0	127
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>510</b>	<b>15,6</b>	<b>16,9</b>	<b>81,2</b>	<b>493,2</b>
<b>Обед</b>							
2011	52/209	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60/20	3,1	6,7	5,8	84,0
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,2	3,2	11,3	87
к/к	к/к	ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	90	9,3	8,1	16,0	185
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191,0
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ,ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,6	0,2	28,6	67
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>750</b>	<b>26,2</b>	<b>23,9</b>	<b>116</b>	<b>727,6</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>41,8</b>	<b>40,8</b>	<b>197,2</b>	<b>1 220,8</b>
<b>Всего за 10 дней завтраков:</b>				<b>168,4</b>	<b>165,2</b>	<b>806,4</b>	<b>5 005,2</b>
<b>Всего за 10 дней обедов:</b>				<b>255,8</b>	<b>257,5</b>	<b>1 049,9</b>	<b>7 183,9</b>
<b>Итого за 10 дней:</b>				<b>424,2</b>	<b>422,7</b>	<b>1 832,6</b>	<b>12 189,1</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>42</b>	<b>42</b>	<b>183</b>	<b>1219</b>
<b>Содержание белков,жиров,углеводов за 10 дней в % от калорийности:</b>				<b>14</b>	<b>31</b>	<b>60</b>	

Зав.производством: *С.С.*  
 Калькулятор: