



и.о. Директор ГБОУ Солосово Руденко А.Б.

АБОНЕМЕНТНОЕ ПИТАНИЕ
(ЗАВТРАК - 96,00 РУБ, ОБЕД - 145,00 РУБ)

" 30 " 2023 г

| 6 день | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Сборник рецептов | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 187 | КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ) | 150 | 5,00 | 7,30 | 28,10 | 199,20 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 15/20 | 5,20 | 5,00 | 10,70 | 108,10 |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 20 | 1,60 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,20 | 0,10 | 14,60 | 58,40 |
| к/к | к/к | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,50 | 2,00 | 14,90 | 83,40 |
| к/к | к/к | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 505 | 14,40 | 15,10 | 87,00 | 545,70 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 / 2008 | 41 / 40 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ до 28,02 / САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ с 01.03 | 60 | 0,70 | 3,10 | 5,70 | 54,00 |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | 200/5 | 1,50 | 3,90 | 10,20 | 82,00 |
| 2011 | 259 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ | 240 | 16,90 | 21,90 | 24,70 | 454,50 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,60 | 0,40 | 18,50 | 88,40 |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 20 | 1,60 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ | 180 | 0,10 | 0,10 | 21,50 | 87,80 |
| Итого за прием пищи: | | | 745 | 23,40 | 29,90 | 91,20 | 820,30 |
| Всего за день: | | | | 37,80 | 45,00 | 178,20 | 1 366,00 |

Зав.производством:

Калькулятор: