



"Согласовано"
Директор ГБОУ



**АБОНЕМЕНТНОЕ ПИТАНИЕ СТОИМОСТЬЮ 218,00 РУБ
(ЗАВТРАК - 87,00 РУБ, ОБЕД - 131,00 РУБ)**

" 29 " 09 2022 г.

| 4 день | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Сборник рецептов | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 120/30 | 14,40 | 11,80 | 21,70 | 233,00 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 10/20 | 1,90 | 7,80 | 12,60 | 128,40 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/5 | 0,10 | 0,00 | 10,20 | 41,80 |
| к/к | к/к | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 1,60 | 0,60 | 8,60 | 53,60 |
| к/к | к/к | ЙОГУРТ ЖИРН.2,5% | 100 | 2,00 | 2,50 | 23,00 | 115,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 505 | 20,00 | 22,70 | 76,10 | 571,80 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 52/к/к | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ФИЛЕ СЕЛЬДИ | 60/20 | 3,30 | 6,10 | 5,00 | 59,10 |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 200 | 3,00 | 3,80 | 10,20 | 103,30 |
| 2008 | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 17,70 | 15,80 | 36,70 | 363,50 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,20 | 28,60 | 67,00 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 2,00 | 0,30 | 18,70 | 71,20 |
| к/к | к/к | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 1,60 | 0,60 | 8,60 | 53,60 |
| Итого за прием пищи: | | | 710 | 27,70 | 26,80 | 107,80 | 717,70 |
| Всего за день: | | | | 47,70 | 49,50 | 183,90 | 1 289,50 |

Зав.производством:

Калькулятор: