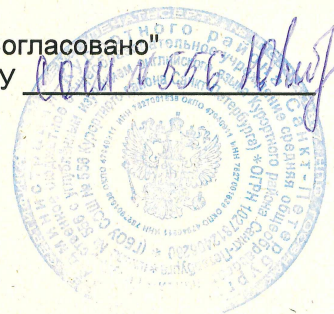




"Согласовано"  
 Директор ГБОУ *Смирнов*



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

" 04 " *Р* 2023 г

9 день							
Сборник рецептов	№ 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 ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	4,40	0,60	16,30	150,90
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60/15	10,10	7,70	22,90	168,80
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,60	0,50	10,60	53,60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,30	0,10	14,60	59,70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	80,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>515</b>	<b>19,20</b>	<b>11,40</b>	<b>75,40</b>	<b>513,00</b>
<b>Обед</b>							
2012 / 2011	14 / 70	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ до 31.10 / ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ с 01.11	60	0,80	3,70	2,80	47,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	1,50	4,70	7,00	75,80
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	240	22,70	15,30	44,30	449,20
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
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1,00	0,20	17,80	77,30
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>745</b>	<b>30,20</b>	<b>24,80</b>	<b>101,00</b>	<b>791,90</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>49,40</b>	<b>36,20</b>	<b>176,40</b>	<b>1 304,90</b>

Зав. производством: *Q*

Калькулятор: