



"Согласовано"  
 Директор ГБОУ



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

" 18 " 01 2023 г

8 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 РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	3,40	6,50	18,60	147,50
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	5,80	9,50	1,10	113,50
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1,70	0,60	19,60	95,60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,60	0,50	10,60	53,60
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	3,20	15,80	107,00
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>530</b>	<b>16,60</b>	<b>20,70</b>	<b>75,50</b>	<b>564,20</b>
<b>Обед</b>							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,20	6,10	4,70	82,20
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10	2,70	4,90	8,50	88,80
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	19,20	20,60	17,90	394,20
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
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,40	0,00	25,00	101,70
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>750</b>	<b>28,70</b>	<b>32,50</b>	<b>85,20</b>	<b>808,90</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>45,30</b>	<b>53,20</b>	<b>160,70</b>	<b>1 373,10</b>

Зав.производством:

Калькулятор: