



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

" 10 " 11 2023 г

10 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/15	8,00	9,40	25,70	249,00
2011	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,10	0,10	1,10	6,60
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	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	123,00
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			515	11,60	15,70	72,50	533,60
Обед							
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	2,00	3,80	14,80	101,90
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,80	4,90	13,40	104,60
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	12,20	3,20	5,40	119,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,10	4,80	20,40	137,30
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	24,10	97,20
Итого за прием пищи:			765	24,90	18,20	117,80	755,60
Всего за день:				36,50	33,90	190,30	1 289,20

Зав.производством:

Калькулятор: