



АБОНЕМЕНТНОЕ ПИТАНИЕ
(ЗАВТРАК - 100, 00 РУБ, ОБЕД - 150,00 РУБ)

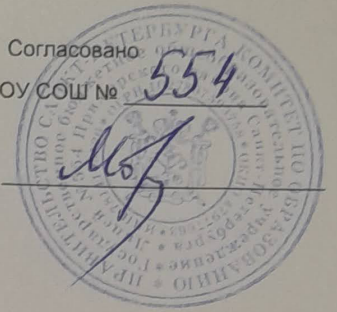
" 24 " 05 2024 г

10 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Завтрак							
Бутерброд горячий с сыром	40	2017	7	5,1	9,1	9,6	141,0
Каша "Янтарная" из пшена с яблоками	150	2008	187	8,0	7,3	28,1	199,2
Чай с лимоном и с сахаром (1 вариант)	200	2016	423	0,3	0,1	15,2	62,0
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25	ТК	1	2,2	0,6	13,4	67,5
Груши	100	2016	338	0,4	0,3	10,3	47,0
Итого за прием пищи:	515			16,0	17,4	76,6	516,7
Обед							
Салат витаминный (1-й вариант)	60	2008	41	0,7	3,6	5,7	54,0
Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	200/5/5	2017	82	2,2	10,6	11,0	92,6
Плов куриный	240	2016	331	18,4	8,8	38,8	344,0
Компот из кураги	200	2008	401	1,0	0,1	34,2	142,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТК	2	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	15	ТК	1	1,3	0,3	7,0	40,5
Итого за прием пищи:	765			26,4	23,8	115,3	763,1
Всего за день:				42,4	41,2	191,9	1279,8

Зав. производством _____

Калькулятор _____



АБОНЕМЕНТНОЕ ПИТАНИЕ
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 ЛЕТ) - 294,00 РУБ

"24" 05 2024 г

11 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептов	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат витаминный (1-й вариант)	120	2008	41	1,4	6,2	11,4	108,0
Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/10/5	2017	82	3,8	11,9	12,8	125,4
Плов куриный	280	2016	331	21,5	10,3	42,3	401,3
Компот из кураги	200	2008	401	1,0	0,1	34,2	142,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТК	2	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	40	ТК	1	3,5	1,0	21,4	108,0
Груши	100	2016	338	0,4	0,3	10,3	47,0
Итого за прием пищи:	1045			34,4	30,2	151,0	1021,7
Всего за день:				34,4	30,2	151,0	1021,7

Зав.производством _____

Калькулятор _____