



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

" 21 " 05 2024 г

7 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
<b>Завтрак</b>							
Омлет	150	2016	232	12,9	13,8	23,5	245,6
Горошек консервированный	40	2016	22	1,2	0,1	2,6	18,0
Кофейный напиток	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25	ТК	1	2,2	0,6	13,4	67,5
Апельсины	100	2016	393	0,9	0,2	8,1	43,3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>			<b>18,7</b>	<b>16,0</b>	<b>70,0</b>	<b>481,4</b>
<b>Обед</b>							
Салат из квашеной капусты	60	2008	40	1,0	3,1	4,6	49,8
Суп из овощей с птицей и сметаной	200/5/5	2017	99	2,9	10,8	4,5	86,7
Котлета рыбная любительская	90	2008	241	11,3	4,2	9,8	126,0
Рис припущенный	150	2008	326	3,7	4,6	29,4	209,0
Компот из апельсинов	200	2008	399	0,5	0,1	34,0	141,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТК	2	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25	ТК	1	2,2	0,6	13,4	67,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>775</b>			<b>24,4</b>	<b>23,8</b>	<b>114,3</b>	<b>770,0</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>43,1</b>	<b>39,8</b>	<b>184,3</b>	<b>1251,4</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

ООО "ЕДИНАЯ СЕТЬ ПИТАНИЯ СЕВЕРО-ЗАПАД"



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

" 21 " 05 2024 г

**8 день**

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат из квашеной капусты	120	2008	40	1,9	6,1	9,2	99,6
Суп из овощей с птицей и сметаной	250/10/5	2017	99	4,6	11,9	7,5	120,9
Котлета рыбная любительская	100	2008	241	12,6	4,7	10,9	140,0
Рис припущенный	200	2008	326	5,0	6,5	40,8	278,7
Компот из апельсинов	200	2008	399	0,5	0,1	34,0	141,0
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
Печенье обогащенное	20	ТК	6	1,4	2,6	14,6	88,0
Апельсины	100	2016	393	0,9	0,2	8,1	43,3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1085</b>			<b>33,2</b>	<b>33,5</b>	<b>165,2</b>	<b>1109,5</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>33,2</b>	<b>33,5</b>	<b>165,2</b>	<b>1109,5</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_