



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

" 03 " 05 2024 г

5 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Завтрак							
Бутерброд с сыром	35	2008	3	4,5	8,7	7,4	131,0
Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба"	155	2008	190	6,3	4,8	20,1	168,0
Какао-напиток на молоке (1 вариант)	200	2016	415	2,9	2,5	24,8	134,0
Печенье обогащенное	20	ТК	6	1,4	2,6	14,6	88,0
Яблоки	100	2016	403	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:	510			15,5	19,0	76,7	568,0
Обед							
Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60	2017	42	2,2	6,1	4,7	82,2
Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/10	2017	98	1,5	4,9	5,2	70,7
Биточки рыбные, соус сметанный	90/20	2017	234/330	11,7	5,0	8,8	123,9
Картофель отварной	150	2008	333	2,9	4,7	23,5	148,0
Компот из изюма	200	2008	401	0,5	0,1	28,1	116,0
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
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	100	ТК	3	3,1	2,5	18,0	107,0
Итого за прием пищи:	885			26,0	24,0	113,9	778,3
Всего за день:				41,5	43,0	190,6	1346,3

Зав. производством _____

Калькулятор _____