



**АБОНЕМЕНТНОЕ ПИТАНИЕ**  
**(ЗАВТРАК - 104,00 РУБ, ОБЕД - 156,00 РУБ)**

" 15 " 11 2024 г

5 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
ТТК № 33	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,00	5,40	14,30	128,00
ТТК № 122	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,90	8,30	1,30	108,30
ТТК № 16	16/2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/20	3,90	3,50	10,60	89,90
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	81,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>580</b>	<b>23,30</b>	<b>23,20</b>	<b>65,70</b>	<b>541,70</b>
<b>Обед</b>							
ТТК № 123	123/1	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,90	6,10	8,10	85,30
ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СО СМЕТАНОЙ)	200	1,60	3,00	12,30	82,30
ТТК № 124	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	13,20	11,20	16,80	203,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 49	49/2	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,10	0,00	6,80	29,60
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>820</b>	<b>25,50</b>	<b>25,90</b>	<b>107,50</b>	<b>717,70</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>48,80</b>	<b>49,10</b>	<b>173,20</b>	<b>1 259,40</b>

Зав.производством:

Калькулятор: