

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

" 18 " 10 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: \_\_\_\_\_