



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

" 04 " 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                         |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 580          | 23,30            | 23,20   | 65,70       | 541,70                        |
| <b>Обед</b>          |                         |  |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 123            | 123/1                   | САЛАТ "СВЕКОЛКА"   | 60           | 0,80             | 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                        |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 820          | 25,50            | 25,90   | 107,50      | 717,70                        |
| Всего за день:       |                         |  |              | 48,80            | 49,10   | 173,20      | 1 259,40                      |

Зав. производством:

Калькулятор: