



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

" 10 " 10 2024 г

| 9 день | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------------|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 118 | 118/1 | КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ) | 150 | 4,20 | 6,60 | 26,30 | 192,80 |
| ТТК № 76 | 76/1 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 |
| 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 | 60,90 |
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 81,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 17,80 | 17,20 | 66,10 | 471,30 |
| Обед | | | | | | | |
| ТТК № 54 | 54/1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) | 60 | 0,40 | 0,10 | 1,10 | 7,20 |
| ТТК № 134 | 134/1 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ) | 200 | 2,90 | 5,60 | 7,80 | 105,20 |
| ТТК № 67 | 67/1 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 90 | 14,20 | 9,50 | 6,10 | 143,50 |
| ТТК № 127 | 127/2 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,20 | 4,20 | 17,70 | 135,80 |
| 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 № 40 | 40/1 | КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) | 180 | 0,10 | 0,10 | 9,60 | 40,40 |
| ТТК № 18 | 18/1 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 60 | 4,10 | 4,10 | 23,80 | 121,90 |
| Итого за прием пищи: | | | 820 | 30,50 | 25,10 | 105,80 | 749,60 |
| Всего за день: | | | | 48,30 | 42,30 | 171,90 | 1 220,90 |

Зав. производством:

Калькулятор: