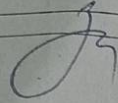


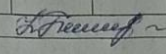
		Хлеб ржаной	40	3,12	0,48	18,6	84,8	
Итого:			690	29,38	22,65	109,7	787,08	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
		Сдобная булочка	80	4,4	14,32	34	282,48	
2011	10/1 0	Чай(чай,сахар,вода)	180	0,0	0,0	8,19	31,5	
Итого:			260	4,4	14,32	42,19	313,98	
Всего:				46,68	48,32	208,73	1481,36	

Калькулятор



М.О. Захарова

Повар



Н.А. Берсенева



МЕНЮ
23 апреля 2026г.
10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК								
2011	11/4	Каша Пшеничная(крупя пшено, молоко, вода, сахар, соль, масло слив)	180	5,85	5,4	28,08	185,4	
2011	13/10	Коф.напиток с молоком(коф.напиток, молоко, сахар, вода)	180	2,7	2,61	12,06	80,1	
2011	3/13	Бутерброд с сыром (батон, сыр)	30/10	4,9	2,9	14,0	104	
Итого:			400	13,45	10,91	54,14	369,5	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
		Сок	100			12,0	48	
Итого:						12,0	48,0	
ОБЕД								
2011	4/1	Салат из свежей капусты с кукурузой(капуста, лук, кукуруза консервированная, сахар, соль, масло раст)	60	1,0	4,0	6,2	64,1	
2011	2/2	Борщ(свекла, капуста, морковь, лук, картофель, мука, масло раст, сахар, соль, вода, сметана)	180	1,53	3,87	9,27	78,3	
2011	11/8	Гуляш(говядина, масло слив, лук, мука, соль, вода))	80	11,92	12,56	3,76	176	
2011	43/3	Макароны отварные(макароны, масло слив, соль)	130	4,59	3,29	28,08	162,93	
2011		Соус томатный(томатная паста, сахар, мука, вода, масло слив)	50	0,27	1,8	2,62	28,07	
2011	2/10	Компот из свежих яблок с изюмом(яблоки, изюм, сахар, вода)	180	0,2	0,0	16,65	63,9	
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,24	15,6	103,5	
		Хлеб ржаной	40	3,12	0,48	18,6	84,8	
Итого:			750	25	26,24	100,78	761,5	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
2011	1/6	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	
2011	12/10	Чай с молоком(чай, молоко, сахар, вода)	180	1,2	1,2	10,08	54,9	

27.04.2026 10:05

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707862

Владелец Тарабаева Ирина Евгеньевна

Действителен с 17.04.2026 по 17.04.2027