

А. С. Тергалов

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
<u>Завтрак</u>					
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	250	7,56	11	35,65
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76
Итого за Завтрак		630	13,6	22	89,64
Итого за день		630	13,6	22	89,64

А.С. Тергалов

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
<u>Завтрак</u>					
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02
828	Чай с сахаром*	200			14,97
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
Итого за Завтрак		550	28,33	34	73,01
Итого за день		550	28,33	34	73,01

А. С. Гергалов



дельник)

ЭЦ ккал

151,1
275,4
88,1
51,8
56,4
622,8
622,8



торник)

ЭЦ ккал

227,2
18,1
204,2
52,4
59,9
54,8
51,8
668,4
668,4





21/11



Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
<u>Завтрак</u>					
810	Бутерброд с сыром	40	6,67	5	21,88
892	Омлет с картофелем	170	11,56	23	13,34
897	Хлеб пшеничный	40	4,27	2	17,42
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
975	Мандарины	110	0,88		8,25
Итого за Завтрак		560	23,44	30	76,05
Итого за день		560	23,44	30	76,05

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
<u>Завтрак</u>					
1 073	Пудинг творожный	130	16,96	11	18,89
1 142	Повидло	35	0,03		5,74
971	Чай ягодный	200			14,97
894,01	Хлеб пшеничный.	35	3,73	2	15,24
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76
Итого за Завтрак		550	23,75	14	79,35
Итого за день		550	23,75	14	79,35

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
<u>Завтрак</u>					

3 (среда)

ЭЦ ккал

157,1
310,2
109,6
59,9
41,8
678,6
678,6

четверг)

ЭЦ ккал

246
23,7
59,9
95,9
77,7
56,4
559,6
559,6

ятница)

ЭЦ ккал

851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,04	4	40,04
828	Чай с сахаром*	200			14,97
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
678,01	Бисквит яблочный	80	4,02	12	28,63
Итого за Завтрак		550	13,76	17	92,14
Итого за день		550	13,76	17	92,14

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"



Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
<u>Завтрак</u>					
966	Голубцы ленивые из мяса кур	60	8,09	9	3,87
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44
975	Мандарины	110	0,88		8,25
Итого за Завтрак		560	16,2	15	71,18
Итого за день		560	16,2	15	71,18

297,5
59,9
51,8
171,3
580,5
580,5



суббота)

ЭЦ ккал

105,1
10,4
212
59,9
31,3
41,8
460,5
460,5

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Птухина Елена Николаевна

Действителен с 02.03.2022 по 02.03.2023