



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ООО «БизнесЦентр»  
Звягин Д.В./

Сезон: осенне-зимний

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	ПР	Блинчики с начинкой п/ф и сахарной пудрой 160/5	165	41,30	288,00	3,60	6,00	54,00
		3	Бутерброд с маслом 30/8	38	10,92	162,25	6,45	7,27	17,77
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3,81	62,46	0,26	0,06	15,22
	фрукт	ПР	Фрукты порционно	135	16,97	94,50	1,50	0,50	2,10
	Итого			538,00	73,00	607,2	11,81	13,8	89,1
Обед	закуска	24	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным	100	27,90	42,66	0,50	3,33	2,66
	1 блюдо	84	Борщ "Сибирский" с фасолью на м/б	250	13,90	102,36	2,21	3,31	15,93
	2 блюдо	279	Тефтели "Детские" с соусом 80/50	130	33,93	264,10	13,49	16,20	17,20
	гарнир	203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	8,77	239,36	6,84	4,12	43,74
	напиток	345	Компот из быстрозамороженных ягод	200	4,90	83,34	0,06	0,02	20,73
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,08	69,60	2,64	0,48	13,68
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30	2,52	46,88	1,52	0,16	9,84
Полдник	Итого			930,00	94,00	848,30	27,26	27,6	123,8
	Итого			1468,00	167,00	1455,51	39,07	41,45	212,87