



Директор \_\_\_\_\_

Согласовано \_\_\_\_\_

Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	------------	-------	------	----------	---------------------

**Завтрак**

ТТК 95	Чай с сахаром	200	3	0,2	0	20	77,7
193	Спагетти с ветчиной	130/20	31	10,2	7,1	24,1	203
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
<b>ИТОГО :</b>		<b>400</b>	<b>36,50</b>	<b>14,00</b>	<b>8,20</b>	<b>65,50</b>	<b>390,70</b>

**Комплекс на 100 руб 1 смена**

ТТК 35	Компот из яблок и апельсин	200	10	0,3	0,1	30,9	121
ТТК 20	Картофельное пюре	150	18	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 97	Шницель н/р	50	49,5	12,1	10,4	5,3	161,9
ТТК 7	Батон	30	1,5	2,2	0,7	12,8	66
359	Пицца с колбасой	100	29	6,2	8,3	5,2	120
<b>ИТОГО :</b>		<b>530</b>	<b>108,00</b>	<b>24,00</b>	<b>27,80</b>	<b>76,00</b>	<b>657,90</b>

**Комплекс на 95 руб**

ТТК 188	Сок	200	20	0	0	27,4	110
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	14	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	44,5	15,2	21,8	6	281
ТТК 7	Батон	30	1,5	2,2	0,7	12,8	66
206	Сдоба с конфитюром	100	16	7,1	4	51,9	272
<b>ИТОГО :</b>		<b>580</b>	<b>96,00</b>	<b>32,70</b>	<b>32,30</b>	<b>133,90</b>	<b>961,00</b>

**Полдник**

ТТК 95	Чай с сахаром	200	3	0,2	0	20	77,7
206	Сдоба с конфитюром	100	16	7,1	4	51,9	272
<b>ИТОГО :</b>		<b>300</b>	<b>19,00</b>	<b>7,30</b>	<b>4,00</b>	<b>71,90</b>	<b>349,70</b>

**Комплекс ГПД**

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/ 10	19,5	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	90	45,45	14,4	10,4	8,3	184,7
0	Макаронные изделия с овощами (кукуруза, зел.гор, морк)	150	18,5	5,1	3,6	29,1	171,7
ТТК 35	Компот из яблок и апельсин	200	10	0,3	0,1	30,9	121
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
<b>ИТОГО :</b>		<b>713</b>	<b>95,95</b>	<b>28,00</b>	<b>22,40</b>	<b>100,20</b>	<b>710,70</b>

**Обед**

ТТК 95	Чай с сахаром	200	3	0,2	0	20	77,7
0	Макаронные изделия с овощами (кукуруза, зел.гор, морк)	150	18,5	5,1	3,6	29,1	171,7
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	90	45,45	14,4	10,4	8,3	184,7
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
<b>ИТОГО :</b>		<b>490</b>	<b>69,45</b>	<b>23,30</b>	<b>15,10</b>	<b>78,80</b>	<b>544,10</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / Шустова Марина Анатольевна /

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ / /

