



3	Хлеб	50	3,8	0,3	20,7	117	6	4,2	25,5	0	0	0,03
628	Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	2,3	12,2	1,6	1,4		0,2
	<b>итого завтрак</b>		13,12	18,65	81,2	571,36						
	4 день											
	<b>Завтрак</b>											
138	1 тефтели из птицы	80/50	1,1	11,3	9,6	144,9	21,33	9,23	74,55	0,05		0,05
472	2 пюре картоф	150	3	4,9	21,1	140,4						
	3 икра кабачковая	100	0,5	2	3,25	32,8						
	4 Хлеб	50	3,8	0,3	20,7	117	6	4,2	25,5	0	0	0,03
591	5 кисель	200	0,1	0	20,7	83,1	4,9	3,3	2,5	5		
	<b>итого завтрак</b>		8,5	18,5	75,35	518,2						
	5 день											
	<b>Завтрак</b>											
297	1 запекана твор.со смет	150/30	21,2	16,1	29,6	347,9						
	2 сыр	20	2,72	5,95		72,36						
	3 Хлеб	50	3,8	0,3	20,7	117	6	4,2	25,5	0	0	0,03
	4 кофейный напиток	200	1,33	1,5	12,77	149,1	2,3	12,2	1,6	1,4		0,2
	<b>итого завтрак</b>		29,05	23,85	63,07	686,36						
	6 день											
	<b>Завтрак</b>											
	1 Сосиска отв.	75	1	1	20,3	185						
463	2 каша рисовая	150	4	6,7	39,6	235,3	36	0,08	20	102		0,04
	3 овощи натур	60	1	12	3	18						
	4 Хлеб	50	3,8	0,3	20,7	117	6	4,2	25,5	0	0	0,03
588	5 какао с молоком	200	3,8	3,1	25,17	145	4,9	3,3	2,5	5		
	<b>итого завтрак</b>		13,6	23,1	108,77	700,3						
	7 день											
	<b>Завтрак</b>											
284	1 омлет натур	150	10,3	13,1	2,5	169,6	6					
	2 овощи натур	60	1	12	3	18						
	3 Масло сливочное	20	0,6	10	29,66	132,5	3,3	6,6	5,28	0,11		
	4 Хлеб	60	4,56	0,36	31,38	139,8	6	4,2	25,5	0	0	0,03
628	5 Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	2,3	12,2	1,6	1,4		0,2

	<b>ИТОГО</b>		16,46	35,46	81,54	519,9													
	8 день																		
	Завтрак																		
357	1	Говядина отв	80	22,9	15	6,2	229,1												
273	2	макаронны отв	150	5,6	7,8	34,3	230,52	36	0,08	20	102								0,04
	3	горошек конс	60	1,92	0,12	3,96	24												
	4	Хлеб	50	3,8	0,3	20,7	117	6	4,2	25,5	0	0							0,03
588	5	какао с молоком	200	3,8	3,1	25,17	145	4,9	3,3	2,5	5								
		<b>Итого завтрак</b>		38,02	26,32	90,33	745,62												
	9 день																		
	Завтрак																		
309	1	Рыба тушен с овощ	75/50	9,3	12,1	6,2	171,4	69,08	65	293,52	0,02	0,13	0,13						2,58
470	2	картоф отв	150	1	12,3	25,1	116,1												
	3	овощи солен.	60	1	12	3	18												
	4	Хлеб	50	3,8	0,3	20,7	117	6	4,2	25,5	0	0							0,03
628	5	Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	2,3	12,2	1,6	1,4								0,2
		<b>Итого завтрак</b>		15,1	36,7	70	482,5												
	10 день																		
	Завтрак																		
444	1	куры тушен	80	23,4	2,5	2,3	125,1												
255	2	каша гречневая	150	8,9	8,7	38,1	266,7												
	3	икра кабачковая	60	0,3	1,2	1,95	19,7												
	4	Хлеб	50	3,8	0,3	20,7	117	6	4,2	25,5	0	0							0,03
	5	кофейный напиток	200	1,33	1,5	12,77	149,1	2,3	12,2	1,6	1,4								0,2
		<b>Итого завтрак</b>		37,73	14,2	75,82	677,6												
		<b>ИТОГО ЗА 10 дней</b>		203,05	238,85	779,31	6044,42												

Средняя энергетическая ценность в 1 день завтрака 604,4 ккал  
Технологические карты составлены на основании акта проработки.  
Физико – химическим показателям соответствуют  
требованиям ГОСТ Р 50763-95 "Кулинарная продукция, реализуемая населению". По микробиологическим показате  
соответствует требованиям СанПин 2.3.2.560-96. А так-же использовался сборник рецептур блюд под редакцией  
Марчук Ф.Л.-1996 г.



Прошито,  
пронумеровано  
и скреплено печатью

листов

ИП Ковалев А.В.

Table with grid lines and faint text, likely a ledger or account book. The text is mostly illegible due to fading and bleed-through from the reverse side of the page.

Vertical text on the right side of the page, possibly a signature or additional notes, oriented vertically. The text is mostly illegible.