

МБОУ "Большеключинская ООШ №4"

12.10.2023

Завтрак

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход		Цена		Жиры, г		Углеводы, г		Белки		Калорийность	
		6-10 л	11-18 л	6-10 л	11-18 л	6-10 л	11-18 л	6-10 л	11-18 л	6-10 л	11-18 л	6-10 л	11-18 л
119 / 234	Голубцы ленивые Вв сметанном соусе	150	160	33	35	11	13	21	23	10	13	234	238
176	Каша рисовая рассыпчатая	180	220	13,72	15	7,0	9	36	38	6	9	146	149
282	Чай с сахаром	200	200	10	10	0	0	6	6	0	0	30	30
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	100	110	1,8	8,05	1	2	20	22	3	5	60	65
Итого завтрак				58,52	68,05	19	24	83	89	19	27	470	482

Обед

62	Суп картофельный с клецками	250	270	29	34	5	6	12	15	3	5	178	180
81	Рыба запеченая в омлете	150	180	32	36	11	13	5	8	15	18	148	150
138	Картофельное пюре	180	220	13,79	14	6	9	24	26	4	8	168	170
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	100	110	3	8,06	3	4	31	33	3	4	90	94
293	Компот из смеси сухофруктов	200	200	10	10	0	0	31	31	1	1	121	121
Итого обед				87,79	102,06	25,00	32,00	103,00	113,00	26,00	36,00	705,00	715,00

Всего за день

Директор

Ж.С. Тетерина

