

МБОУ "Большеключинская ООШ№4"

Завтрак 13.10.2023

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход		Цена		Жиры, г		Углеводы, г		Белки		Калорийность	
		6-10 л	11_18	6-10 л	11_18	6-10 л	11_18	6-10 л	ноя.18	6-10 л	11-18 л	6-10 л	11-18 л
98 / 234	Котлеты мясная с сметанным соусом	150	160	30	33	11	13	8	9	11	13	200	202
172	Каша гречневая рассыпчатая	150	220	14	16	3,0	5	22	23	3	4	150	152
59	Салат из из моркови с яблоком	80	100	10	12	3	5	7	9	2	6	50	55
286	Кофейный напиток на молоке	200	200	3	5	1	1	23	23	2	2	20	20
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	40	80	1,52	2,05	1	3	23	25	1	2	50	54
Итого завтрак				58,52	68,05	19	27	83	89	19	27	470	483

Обед

53	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	40	44	3	5	29	30	7	8	200	202
493	Курица тушеная в соусе	150	160	22	24	14	16	12	15	11	13	200	201
211	Макаронные изделия отварные	180	220	15	18	6	8	17	19	5	7	200	203
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	100	110	2,79	8,06	2	3	25	26	2	3	71	73
305	Кисель из концентрата	200	200	8	8	0	0	20	20	1	1	34	34
Итого обед				87,79	102,06	25,00	32,00	103,00	110,00	26,00	32,00	705,00	713,00
Всего за день													

Директор

Ж.С. Петерина

