

МБС у "Большеключинская ООШ №4" Завтрак 20.10.2023

| № техн.карты | Наименование блюда | Выход | | Цена | | Жиры, г | | Углеводы, г | | Белки | | Калорийность | |
|---------------|--|----------|-----------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| | | 6-10 лет | 11-18 лет | 6-10 лет | 11-18 лет | 6-10 лет | 11-18 лет | 6-10 лет | 11-18 лет | 6-10 лет | 11-18 лет | 6-10 лет | 11-18 лет |
| 106/234 | Тефтеля из говядины с рисом с соусом сметанным | 150 | 160 | 24,09 | 26 | 8 | 10 | 12 | 14 | 8 | 9 | 200 | 204 |
| 211 | Макаронные изделия отварные | 180 | 220 | 9,73 | 10,9 | 3 | 4 | 11 | 13 | 3 | 4 | 110 | 112 |
| 56 | Салат овощной с яблоком | 80 | 100 | 15 | 17 | 5 | 6 | 20 | 21 | 5 | 6 | 70 | 74 |
| 286 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 200 | 8 | 8 | 2 | 2 | 20 | 20 | 2 | 2 | 40 | 40 |
| ГП | Хлеб пшеничный и ржаной | 50 | 80 | 1,7 | 6,15 | 1 | 2 | 20 | 22 | 1 | 2 | 50 | 52 |
| Итого завтрак | | | | 58,52 | 68,05 | 19 | 24 | 83 | 90 | 19 | 23 | 470 | 482 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 38 | Суп картофельный с клецками | 200 | 250 | 28,9 | 30 | 7 | 8 | 8 | 10 | 5 | 6 | 111 | 113 |
| 36 | Капуста тушенная | 200 | 250 | 30 | 34 | 10 | 11 | 3 | 4 | 14 | 16 | 169 | 170 |
| 225 | Рис припущеный | 150 | 180 | 16 | 18 | 6 | 8 | 38 | 40 | 4 | 6 | 230 | 232 |
| ГП | Хлеб пшеничный и ржаной | 100 | 110 | 2 | 9,17 | 2 | 4 | 34 | 35 | 2 | 4 | 90 | 92 |
| 292 | Компот из изюма | 200 | 200 | 10,89 | 10,89 | 0 | 0 | 20 | 20 | 1 | 1 | 105 | 105 |
| Итого обед | | | | 87,79 | 102,06 | 25,00 | 31,00 | 103,00 | 109,00 | 26,00 | 33,00 | 705,00 | 712,00 |
| Всего за день | | | | | | | | | | | | | |

Директор

Ж.С.Тетерина

