

МБОУ "Большеключинская ООШ№

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход			Завтрак 18.10.2023									
		6-10 л	11-18 л	6-10 л	Цена	Жиры, г		Углеводы, г		Белки		КАЛОРИИ		
					11-18 л	6-10 л	11-18 л	6-10 л	11-18 л	6-10 л	11-18 л	11-18 л	11-18 л	
132	Плов из курицы	180	220	30,76										
52	Салат из свеклы отварной	150	160	18	36	14	15	27	29	11	13	295	300	
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	100	110	1,7	21	4	5	20	22	4	6	105	109	
282	Чай с сахаром	200	200	8,06	3	1	2	24	24	3	6	50	54	
Итого завтрак				58,	8,05	0	0	12	12	1	1	20	20	
				52	68,05	19	22	83	87	19	26	470	483	
Обед														
66	Суп-лапша домашняя	230	250	34,96	36	8	9	20	22	6	8	145	146	
97	Жаркое по-домашнему	200	250	39	52,13	15	16	30	33	17	19	300	302	
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	90	130	2,9	3	2	3	33	36	3	5	188	190	
293	Компот из смеси сухофруктов	200	200	10,93	10,93	0	0	20	20	0	0	72	72	
Итого обед				87										
Всего за день				145	102,06	25,00	28,00	103,00	111,00	26,00	32,00	705,00	710,00	

с
директор *Т.И. Теркина* ЖС

