

МБОУ "Большешклучинская ООШ№4

Завтрак

27.11.2023

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход		Цена		Жиры, г		Углеводы, г		Белки		Калорийность	
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11лет	12-18 лет	7-11лет	12-18 лет
106 /234	Тефтели из говядины в сметанном соусе	130	150	26	28	12	14	20	22	12	14	220	223
172	Каша гречневая рассыпчатая	180	220	13	15	2,0	5	8	10	2	4	130	132
40	салат овощной с зеленым горошком	80	100	10,82	15	3	4	13	14	2	4	30	32
284	Чай с сахаром и лимоном	200	200	7	7	0	0	21	21	1	1	30	30
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	80	90	1,7	3,05	2	3	21	22	2	3	60	62
Итого завтрак		670	760	58,52	68,05	19	26	83	89	19	26	470	479

Обед

59	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	270	27	30	5	7	24	26	5	6	170	173
118	Рагу овощное с мясом	200	250	43,99	46	17,0	18	30	32	18	19	363	365
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	100	110	2,8	12,06	2	3	34	34	2	3	110	112
286	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	200	14	14	1	1	15	15	0	0	62	62
Итого обед		750	830	87,79	102,06	25,00	29,00	103,00	107,00	25,00	28,00	705,00	712,00
Всего за день													

Директор  Ж.С.Тетерина