

МБОУ "Большеключинская ООШ№4"

Завтрак

11.01.2024

№ 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
138	Картофельное пюре	150	180	18	20	2	3	8	10	2	6	160	164
232/234	Рыба запеченная в сметанном соусе	130	150	23	24	11	13	20	23	11	14	220	222
289	Какао на молоке	200	200	9	9	2	2	22	2	2	2	30	30
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	80	90	2,7	3	3	4	21	23	3	4	50	51
ГП	Печенье	60	100	5,82	12,05	1	3	12	15	1	2	10	12
Итого завтрак		620	720	58,52	68,05	19	25	83	93	19	28	470	479

Обед

61	Суп картофельный с капустой	200	250	27,56	30	3	4	18	20	3	4	80	82
98/234	Шницель в сметанном соусе	130	150	34,6	37	14	16	16	18	15	16	291	293
177	Чай с сахаром	180	220	11,9	15	6,0	8	30	32	6	8	166	168
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	100	100	2,8	9,23	2	2	28	28	2	2	121	121
294	Композит свежих яблок	200	200	10,83	10,83	0	0	11	11	0	0	47	47
Итого обед		810	920	87,69	102,06	25,00	30,00	103,00	109,60	26,00	30,00	705,00	711,00

Всего за день

Директор  С.Тетерина