

МБОУ "Большеку  
Завтрак лючинская ООШ№4"

18.01.2024

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход		Цена		Жиры, г		Углеводы, г		Калорийность		Белки	
		7-11лет	12лет и старше	7-11лет	12лет и старше	7-11лет	12лет и старше	7-11лет	12лет и старше	7-11лет	12лет и старше	7-11лет	12лет и старше
98 /234	Котлета или биточки в сметанном соусе	150	170	26	28	12	13	16	18	152	155	12	13
138	Картофельное пюре	180	220	13,76	16	4	5	22	24	160	162	4	5
42	винегрет овощной	80	100	11	14	2	4	1	3	68	70	2	4
282	Чай с сахаром	200	200	8	8	0	0	23	23	30	30	0	0
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	100	100	1,8	2,0	1	3	21	23	60	64	1	3
Итого завтрак		710	790	60,56	68,5	19	25	83	91	470	481	19	25
Обед													
56	Борщ с капустой и картофелем	250	260	33	36	3	5	25	26	168	170	3	5
112	Плов из говядины	200	250	40	46	20	22	30	38	337	339	20	22
286	Кофейный напиток на молоке	200	200	11,55	11,5	2	2	15	15	90	90	2	2
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	100	120	3,2	8,5	0	0	33	34	110	114	0	0
Итого обед		750	830	87,75	101	25,00	29,00	103,00	113,00	705,00	713,00	25,00	29,00
Всего за день													

Директор

Ж.С.Тетерина

