

МБОУ "Большеключинская ООШ№4"

Завтрак

18.03.2024

| № техн. карты | Наименование блюда                | Выход    |           | Цена     |           | Жиры, г  |           |
|---------------|-----------------------------------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|
|               |                                   | 6-10 лет | 11-18 лет | 6-10 лет | 11-18 лет | 6-10 лет | 11-18 лет |
| 138           | Картофельное пюре                 | 150      | 180       | 20       | 25        | 2        | 3         |
| 232/234       | Рыба запеченная в сметанном соусе | 130      | 150       | 25       | 28        | 11       | 13        |
| 289           | Какао на молоке                   | 200      | 200       | 9        | 9         | 2        | 2         |
| ГП            | Хлеб пшеничный и ржаной           | 80       | 90        | 2,7      | 3         | 3        | 4         |
| ГП            | Печенье                           | 60       | 100       | 4,45     | 7         | 1        | 3         |
| Итого завтрак |                                   | 620      | 720       | 61,15    | 72        | 19       | 25        |

| Углеводы, г |           | Белки     |           | Колорийность |            |
|-------------|-----------|-----------|-----------|--------------|------------|
| 6-10 лет    | 11-18 лет | 6-10 лет  | 11-18 лет | 6-10 лет     | 11-18 лет  |
| 8           | 10        | 2         | 6         | 160          | 164        |
| 20          | 23        | 11        | 14        | 220          | 222        |
| 22          | 22        | 2         | 2         | 30           | 30         |
| 21          | 23        | 3         | 4         | 50           | 51         |
| 12          | 15        | 1         | 2         | 10           | 12         |
| <b>83</b>   | <b>93</b> | <b>19</b> | <b>28</b> | <b>470</b>   | <b>479</b> |

Обед

|            |                           |     |     |       |        |       |       |
|------------|---------------------------|-----|-----|-------|--------|-------|-------|
| 61         | Суп картофельный с крупой | 200 | 250 | 30    | 33     | 3     | 4     |
| 98/234     | Шницель в сметанном соусе | 130 | 150 | 36    | 39     | 14    | 16    |
| 173        | Каша перловая рассыпчатая | 180 | 220 | 12    | 17     | 6,0   | 8     |
| ГП         | Хлеб пшеничный и ржаной   | 100 | 100 | 4     | 8      | 2     | 2     |
| 294        | Компот из свежих яблок    | 200 | 200 | 10,83 |        |       | 0     |
| Итого обед |                           | 810 | 920 | 92,83 | 107,95 | 25,00 | 30,00 |

|               |               |              |              |               |               |
|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 18            | 20            | 3            | 4            | 80            | 82            |
| 16            | 18            | 15           | 16           | 291           | 293           |
| 30            | 32            | 6            | 8            | 166           | 168           |
| 28            | 28            | 2            | 2            | 121           | 121           |
| 11            | 11            | 0            | 0            | 47            | 47            |
| <b>103,00</b> | <b>109,00</b> | <b>26,00</b> | <b>30,00</b> | <b>705,00</b> | <b>711,00</b> |

Директор Ж.С. Тетерина

