

МБОУ "Большеключинская ООШ №4"

Завтрак

19.03.2024

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход			Цена		Жиры, г		Углеводы, г		Белки		Калорийность	
		6-10 лет	11-18 лет	6-10 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
493	Курица тушеная в соусе	130	150	30		34	12	14	10	12	12	14	246	248
211	Макаронные изделия отварные	150	200	10		14	2	3	10	12	2	3	94	100
52	Салат из свекла отварная	80	100	11,45		13	2	3	19	20	2	3	50	52
286	Кофейный напиток на молоке	200	200	8		8	2	2	21	22	2	2	30	30
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	80	90	2		4	1	2	23	24	1	2	50	51
Итого завтрак		640	740	61,45		73	19	24	83	90	19	24	470	481

Обед

57	Рассольник домашний	200	250	30		33	6	7	8	10	5	7	110	112
106 /234	Тефтели из говядины с рисом в сметанном соусе	130	150	29		31	10	11	9	12	14	15	270	272
138	Картофельное пюре	150	200	20		23	6	7	36	37	4	5	195	197
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	70	80	4		8	2	3	24	25	2	3	90	92
293	Компот из смеси сухофруктов	200	200	9,18		13	1	1	26	26	1	1	40	40
Итого обед				92,18		108,00	25,00	29,00	103,00	110,00	26,00	31,00	705,00	713,00
Всего за день														

Директор

Ж.С.Тетерина

