

МБОУ "Большеключинская ООШ №4"

Завтрак

14.10.2024

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход		Цена		Жиры, г		Углеводы, г		Белки		Калорийность	
		7-11лет	12 и старше	7-11лет	12 и старше	7-11лет	12 и старше	7-11лет	12 и старше	7-11лет	12 и старше	7-11лет	12 и старше
119 / 234	Голубцы ленивые в сметанном соусе	150	160	33	35	11	13	21	23	10	13	234	238
176	Каша рисовая рассыпчатая	180	220	13,72	15	7,0	9	36	38	6	9	146	149
282	Чай с сахаром	200	200	10	10	0	0	6	6	0	0	30	30
ГГ	Хлеб пшеничный и ржаной	100	110	1,8	8,05	1	2	20	22	3	5	60	65
Итого завтрак				<b>58,52</b>	<b>68,05</b>	<b>19</b>	<b>24</b>	<b>83</b>	<b>89</b>	<b>19</b>	<b>27</b>	<b>470</b>	<b>482</b>

Обед

62	Суп картофельный с клецками	250	270	29	34	5	6	12	15	3	5	178	180
81	Рыба запеченная в омлете	150	180	32	36	11	13	5	8	15	18	148	150
138	Картофельное пюре	180	220	13,79	14	6	9	24	26	4	8	168	170
ГГ	Хлеб пшеничный и ржаной	100	110	3	8,06	3	4	31	33	3	4	90	94
293	Компот из смеси сухофруктов	200	200	10	10	0	0	31	31	1	1	121	121
Итого обед				<b>87,79</b>	<b>102,06</b>	<b>25,00</b>	<b>32,00</b>	<b>103,00</b>	<b>113,00</b>	<b>26,00</b>	<b>36,00</b>	<b>705,00</b>	<b>715,00</b>

Всего за день

и.о. директора О.Н.Сафонова

