

МБОУ "Большееключинская ООШ №4"

Завтрак

23.10.2024

Наименование блюда	Выход		Цена		Жиры, г		Углеводы, г		Белки		Калорийность	
	7-11лет	12-18лет	7-11лет	12-18лет	7-11лет	12-18лет	7-11лет	12-18лет	7-11лет	12-18лет	7-11лет	12-18лет
Картофельное пюре	150	180	18	20	2	3	8	10	2	6	160	164
Рыба запеченная в сметанном соусе	130	150	23	24	11	13	20	23	11	14	220	222
Какао на молоке	200	200	9	9	2	2	22	22	2	2	30	30
Хлеб пшеничный и ржаной	80	90	2,7	3	3	4	21	23	3	4	50	51
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												
Суп картофельный с крупой	200	250	27,56	30	3	4	18	20	3	4	80	82
Шницель в сметанном соусе	130	150	34,6	37	14	16	16	18	15	16	291	293
Каша перловая рассыпчатая	180	220	11,9	15	6,0	8	30	32	6	8	166	168
Хлеб пшеничный и ржаной	100	100	2,8	9,23		2	28	28	2	2	12	121
Компот из свежих яблок	200	200	10,83	10,83		0	11		0	0	47	47
Итого обед	810	920	87,69	102,06	25,00	30,00	103,06	109,00	26,00	30,00	705,00	711,00
Всего за день												

И.О. Директора

О.Н.Сафонова

Сафонова

