Мбоу "Большеключинская ООШ№4" Завтрак 18.11.2024г

№ техн.карты	Наименование блюда	Выход		Цена		Жиры, г		Углеводы, г		Белки		Коллорийность	
		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	6-10 лет	11-18 лет
56	Борщ с капустой и картофелем	200	250	32	34	10	12	24	26	10	12	188	190
274	Манник	100	110	17,45	22	5	6	35	38	4	6	194	196
282	Чай с сахаром	200	200	9	9	0	0	4	4	1	1	38	38
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	60	80	3	6,05	4	4	20	22	4	5	50	52
	Итого завтрак	560	640	**61,45**	**71,05**	**19**	**22**	**83**	**90**	**19**	**24**	**470**	**476**
	Обед												
63	Суп картофельный с бобовыми	200	250	31	34	8	10	25	26	8	10	159	161
94	Азу	150	170	38	41	15	18	6	10	13	14	327	329
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	100	110	2,8	8	2	4	34	35	3	5	110	112
301	Напиток из плодов шиповника	200	200	6,6	6,6	0	0	28	28	1	1	106	106
ГП	Яблоко свежее	100	100	15	18	0	0	10	10	1	1	3	3
	Итого обед	750	830	**93,4**	**107,6**	**25**	**32**	**103**	**109**	**26**	**31**	**705**	**711**
	Всего за день												

и.о.директора О.Н.Сафонова

Сафонова