

МБОУ "Большеключинская ООШ №4"

Завтрак

06.12.2024

| № техн.карты | 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 |
| 493 | Курица тушеная в соусе | 130 | 150 | 29,82 | 33 | 12 | 14 | 10 | 12 | 12 | 14 | 246 | 248 |
| 211 | Макаронные изделия отварные | 150 | 200 | 10 | 12 | 2 | 3 | 10 | 12 | 2 | 3 | 94 | 100 |
| 286 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 200 | 8 | 8 | 2 | 2 | 21 | 22 | 2 | 2 | 30 | 30 |
| 52 | Салат свекла отварная | 80 | 80 | 8 | 8 | 2 | 2 | 21 | 22 | 2 | 2 | 30 | 30 |
| ГП | Хлеб пшеничный и ржаной | 80 | 90 | 1,7 | 4,05 | 1 | 2 | 23 | 24 | 1 | 2 | 50 | 51 |
| Итого завтрак | | 640 | 720 | 57,52 | 65,05 | 19 | 23 | 85 | 92 | 19 | 23 | 450 | 459 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | |
|------------|---|-----|-----|-------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 57 | Рассольник домашний | 200 | 250 | 26 | 29 | 6 | 7 | 8 | 10 | 5 | 7 | 110 | 112 |
| 106 /234 | Гёфтели из говядины с рисом в сметанном соусе | 130 | 150 | 29 | 31 | 10 | 11 | 9 | 12 | 14 | 15 | 270 | 272 |
| 138 | Картофельное пюре | 150 | 200 | 16 | 18 | 6 | 7 | 36 | 37 | 4 | 5 | 195 | 197 |
| ГП | Хлеб пшеничный и ржаной | 70 | 80 | 3,63 | 10,9 | 2 | 3 | 24 | 25 | 2 | 3 | 90 | 92 |
| 293 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 200 | 13,16 | 13,16 | 1 | 1 | 26 | 26 | 1 | 1 | 40 | 40 |
| Итого обед | | | | 87,79 | 102,06 | 25,00 | 29,00 | 103,00 | 110,00 | 26,00 | 31,00 | 705,00 | 713,00 |

Итого за день

И.О. Директора

О.Н.Сафонова

