

Дата 06.09.2021.

Утверждаю

Директор МБОУ Чернецовской СОШ



Дмитриев А.А

6 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С Т/О ПОДЛИВОЙ	90/20	10,0	7,3	13,3	158,5	0,1	0,8	0,2	3,3	31,8	36,2	140,6	0,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,0	21,8	143,9	0,2	10,3	0	0,2	35,5	29,1	84,2	1,2
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	1	3,6	25,7	0	1,6	0	0,5	14	7,9	15,5	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8
2008	433	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	3,8	3,0	17,1	110,2	0	0,5	0	0	111,3	27,5	95,6	0,9
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,1	5,5	41,1	232,1	0,1	0	0	0,5	9,5	7,3	41,3	0,5
Итого за прием пищи:				25,8	22,0	117,0	765,1	0,5	13,2	0,2	5,3	211,3	121,2	410,8	4,8
Всего за день:				25,8	22,0	117,0	765,1	0,5	13,2	0,2	5,3	211,3	121,2	410,8	4,8