

Дата 10.09.2021.

Утверждаю



Директор МБОУ Чернецовской СОШ

*А.А. Дмитриев*  
Дмитриев А.А

10 день

Сборник рецептур	№ 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	
<b>Завтрак</b>																
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	220/5	5,4	6,8	36,0	226,1	0,1	0,5	0	0,6	108,4	29,2	124,0	0,6	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,2	0	12,3	48,9	0	0	0	0	12,8	5,8	7,4	0,7	
		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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	1	0	2	0	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	1	0	2	0	
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,5	5,7	0	70,6	0	0,1	0,1	0,1	170,7	6,8	97	0,2	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>13,3</b>	<b>21,0</b>	<b>68,5</b>	<b>515,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,6</b>	<b>0,17</b>	<b>1,6</b>	<b>302,1</b>	<b>55,0</b>	<b>264,0</b>	<b>2,3</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>13,3</b>	<b>21,0</b>	<b>68,5</b>	<b>515,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,6</b>	<b>0,17</b>	<b>1,6</b>	<b>302,1</b>	<b>55,0</b>	<b>264,0</b>	<b>2,3</b>	