

Дата 22.09.2021.



Утверждаю

Директор МБОУ Чернецовской СОШ

Дмитриев А.А.

8 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	158	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНЕ С ТОМАТОМ	200/30	18,1	15,7	29,0	357,2	0,3	22,9	5,2	3,7	53,5	53,9	309,1	6,2
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	0,8	2	2,9	33,3	0	3,3	0	0,9	14,1	7,6	18,0	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:				30,9	26,4	110,2	827,5	0,5	26,7	5,2	5,9	197,6	109,5	497,6	8,9
Всего за день:				30,9	26,4	110,2	827,5	0,5	26,7	5,2	5,9	197,6	109,5	497,6	8,9