Дата 16.09.2021.

Утверждаю

Директор МБОУ Чернецовской СОШ

Дмитриев А.А

4 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И СМЕТАНОЙ	160/15	20,5	14,2	25,1	320,8	0	0,7	0,6	1,8	167,8	34,0	227,2	1,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,1	1,2	17,5	87,6	0	0,3	0	0	63,1	15,2	55,1	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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	1	0	2	0
2008		ФРУКТЫ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	9,7	46,7	0	9,9	0	0,6	15,9	8	10,9	2,2
Итого за прием пищи:				**26,2**	**24,3**	**72,5**	**624,8**	**0,1**	**10,9**	**0,67**	**3,3**	**257,0**	**70,4**	**328,8**	**4,6**
Всего за день:				**26,2**	**24,3**	**72,5**	**624,8**	**0,1**	**10,9**	**0,67**	**3,3**	**257,0**	**70,4**	**328,8**	**4,6**