

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

11 января 2024г.

Возрастная категория 11-18 лет

Четверт 2

Техн. карт. №	Название блюда		Выход блюда в гр		Капорийи	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак								
54-9к-2020	Каша молочная вязкая овсяная	250		201,09	1,50	1,97	26,33	
54-21/гн-2020	Какао с молоком	200		100,40	4,60	3,60	12,40	
54-10-2020	Омлет натуральны	80		120,27	6,77	9,60	1,76	
54-19з-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10	
MP-2.4.0260-21	Батон йодированный	80		189,36	6,08	0,64	39,36	
II завтрак	Итого	620		677,21	19,05	23,01	79,95	
пном	Сок	200		120,00	1,40	0,20	26,40	
MP-2.4.0260-21	Апельсины	150		56,70	1,26	0,30	11,34	
пном	Сушки	35		120,75	2,05	3,19	21,79	
Обед	Итого	385		297,45	4,71	3,69	59,53	
54-3с-2020	Суп рассольник на к/м бульоне со сметаной	300		179,52	6,04	8,76	38,85	
54-1г-2020	Макароны отварные с маслом сливочным	200		262,40	7,20	4,30	43,73	
54-2м-2020	Гуляш из говядины	120		278,40	9,75	7,15	28,80	
пном.	Лечо	80		69,12	3,00	0,00	0,01	
54-1хн-2020	Компот из сухофруктов с витамином С	200		81,00	0,50	0,00	19,80	
MP-2.4.0260-21	Хлеб	80		278,00	10,40	1,92	53,41	
Ужин	Итого	980		1148,44	36,89	22,13	184,60	
пном	Мармелад	45		145,50	0,06	0,00	35,73	
MP-2.4.0260-21	Бананы	180		170,10	2,70	0,90	18,90	
Ужин	Итого	225		315,60	2,76	0,90	54,63	
54-1з-2020	Салат из моркови и яблок	100		87,90	1,00	10,17	7,17	
54-1г-2020	Запеканка из творога	150		301,20	7,20	10,70	21,70	
MP-2.4.0260-21	Сгущенное молоко с сахаром 8,5% попу.	30		98,19	2,16	2,55	19,65	
126Куршешова2006	Отварная колбаса	50		116,72	4,62	6,40	21,24	
54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	0,00	6,50	
54-19з-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10	
MP-2.4.0260-21	Батон йодированный	80		189,36	6,08	0,64	39,36	
II ужин	Итого	620		886,27	21,36	37,66	115,71	
MP-2.4.0260-21	Снежок	200		143,00	5,40	5,00	21,60	
Итого	Итого	200		143,00	5,40	5,00	21,60	
Всего			3030	0	3467,97	90,17	92,38	331,42

Медсестра _____
Е.В. Барыкина

Bceto