

И.о. директора МКОУ «Краснодубровская ООШ»



Н.Ф.Бубнова

Меню на 05.06.2024г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал

Среда, 2 неделя

Завтрак

54-17з-2020	Салат из моркови и чернослива	60	0,9	0,2	12,9	56,8
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
54-5м-2020	Котлета из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Итого за завтрак		540	24,3	17,1	83,2	583,5

Обед

54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,8	4,1	2,5	49,9
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	22,1	21,9	13,2	339,4
Пром.	Сок апельсиновый	200	1,4	0,2	26,4	113
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Итого за обед		740	33,8	30,3	87,9	759,1

Полдник

Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	35	1	1,2	27,1	122,5
Пром.	Снежок	200	5,8	6,4	8,2	113,6
Пром.	Груша	100	0,4	0,3	10,3	45,5
Итого за полдник		335	7,2	7,9	45,6	281,6

Итого за день 1615 65,3 55,3 216,7 1624,2

