

И.о. директора МКОУ «Краснодубровская ООШ»

Н.Ф.Бубнова



**Меню на 06.06.2024г.**

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

**Четверг, 2 неделя**

**Завтрак**

54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-1з-2020	Сыр в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	18	3,2	225,5
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>505</b>	<b>29,5</b>	<b>33</b>	<b>59,7</b>	<b>652,8</b>

**Обед**

54-12з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
296	Голубцы ленивые	180	11,6	12,7	16,6	226,9
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,2	4,5	35,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Мармелад фруктово-ягодный формовой	30	0,5	2,8	19,3	103,7
Пром.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	105,6
Пром.	Печенье	100	7,5	11,8	74,9	417
<b>Итого за обед</b>		<b>880</b>	<b>31,7</b>	<b>35,6</b>	<b>179,6</b>	<b>1144,6</b>

**Полдник**

Пром.	Йогурт	200	4,3	2	6,2	60
Пром.	киви	100	0,8	0,4	8,1	47
Пром.	Пряник	35	2,1	1,6	26,3	128,1
<b>Итого за полдник</b>		<b>335</b>	<b>7,2</b>	<b>4</b>	<b>40,6</b>	<b>235,1</b>

**Итого за день 1720 68,4 72,6 279,9 2032,5**