

«УТВЕРЖДАЮ»  
И.о. директора МКОУ «Краснодубровская ООШ»  
Н.Ф.Бубнова



**Меню на 14.06.2024г.**

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

**Пятница**

**Завтрак**

54-22к-2020	Каша овсяная	200	6,8	7,5	24,7	192,6
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	6,6	27,2
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Джем из абрикосов	25	0,1	0	18	72,4
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
<b>Итого за завтрак</b>		<b>555</b>	<b>10,2</b>	<b>18,8</b>	<b>72,2</b>	<b>405,1</b>

**Обед**

54-9з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	80	1,1	8,1	4,8	96,7
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5
54-12м-2020	Плов с курицей	250	23,1	9,3	41,3	341,5
54-4хн-2020	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9
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.	Коржик молочный	100	6,5	12	67	390
<b>Итого за обед</b>		<b>890</b>	<b>40,2</b>	<b>36,6</b>	<b>172,3</b>	<b>1156,8</b>

**Полдник**

Пром.	Груша	100	0,4	0,3	10,3	45,5
Пром.	Йогурт 2.5%	200	6,8	5	11	116,2
Пром.	Печенье в инд. уп.	30	2,3	2,9	22,3	124,7
<b>Итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>9,5</b>	<b>8,2</b>	<b>43,6</b>	<b>286,4</b>

**Итого за день      1775      59,9      53,6      288,1      1575,7**