

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



Меню на 15.06.2024г.

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

Суббота

Завтрак

54-11з-2020	Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,2	7,1	123,8
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	29,7	10,7	21,6	301,3
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	20	1,4	1,7	11,1	65,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Итого за завтрак		500	38,2	26,4	66,4	655,1

Обед

54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7
54-20с-2020	Суп картофельный с рыбой (минтай)	200	8,4	2,6	14,6	115,4
54-12г-2020	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,4	6,5	35,5	225,8

403	Сердце в соусе	90	22,6	12,5	3,5	217
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
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		760	43	25,6	105,3	822,1

Полдник

Пром.	Снежок	200	5,4	6,4	7,6	109,6
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
Пром.	Печенье в инд. упак.	50	5,5	0,7	34,4	165,3
Итого за полдник		350	11,7	7,3	49,5	309,9

Итого за день 1610 92,9 59,3 221,2 1787,1