

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОБУ «Красногорская ООШ»
_____ Бурлуцкая С.А.
17.06.2025

Неделя 1 Вторник

	Завтрак					
№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8.5	47.9	311,6
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Пром.	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.6
Пром.	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5
	Итого за Завтрак	560	16.4	16.8	96.1	600,3
	Обед					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	80	1.8	8.8	2.9	98
54-25с	Суп гороховый	200	6.5	2.8	14.9	110.9
54-26г	Рис с овощами	200	4.3	7.6	34.7	223.7
54-10р	Рыба тушеная в томате с овощами	90	14.6	10.2	5.7	172.7
54-22хн	Кисель	200	0.2	0	12.9	52.9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0.4	10	51.2
	Итого за Обед	830	31.7	30	95.9	779.7
	Итого за день	1410	51	53.4	177.3	1392.6