

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОБУ «Красногорская ООШ»
_____ Бурлуцкая С.А.
21.06.2025

Неделя 1 Суббота

Завтрак					
Салат из моркови и яблок	100	0.9	10.2	7.1	123.8
Плов с курицей	200	27.2	8.1	33.2	314.6
Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.6	50.9
Мандарин	60	0.5	0.1	4.5	21
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.6
Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7
Итого за Завтрак	610	33.8	20	74.1	611.6
Обед					
Огурец в нарезке	60	0.5	0.1	1.5	8.5
Щи из свежей капусты со сметаной	200	4.7	5.6	5.7	92.2
Картофельное пюре	200	4.1	7.1	26.4	185.8
Котлета из говядины	100	18.2	17.4	16.4	295.2
Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
Хлеб ржаной	30	2	0.4	10	51.2
Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Итого за Обед	820	32.8	31	95	789.8
Итого за день	1430	66.6	51	169.1	1401.4

