



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ
 «Русановская ООШ»
 В.В. Антипов
 31 августа 2023 г.

**Меню двухнедельное
 Для питания воспитанников МБДОУ
 «Русановский детский сад»
 На 2023-2024 г.**

	название блюд	выход блюда (гр.)	количество в граммах		химический состав			калории
			брутто	нетто	белки	жиры	углев.	
1 день								
завтрак	омлет яйцо молоко масло слив.	70	50,9 19,1 3,2	50,9 19,1 3,2				
					7	11,69	1,33	139,3
	каша из геркулеса геркулес молоко сахар масло слив.	180	22,5 90 9 4,5	22,5 90 9 4,5				
					5,04	9,36	23,76	207
	кофейный напиток кофейный напиток сахар молоко вода	180	3,2 13,5 81 154,8	3,2 13,5 81 154,8				
				3,78	4,14	23,85	143,1	
	хлеб пшеничный	30	30	30	2,22	0,87	15,42	75
	итого за завтрак				18,04	26,06	64,36	564,4
обед	салат овощной капуста свежая морковь масло слив. лимонная кислота сахар	50	49,5 8 2,5 0,15 2,5	39,5 5 2,5 0,15 2,5				
					0,7	2,55	4,45	17,5
	борщ свекла капуста квашенная морковь картофель лук репчатый томат масло раст. петрушка сахар лимонная кислота вода	180	36 15,8 9 19,4 8,6 5,4 2,9 2,2 1,5 0,08 144	28,8 10,8 7,2 14,4 7,2 5,4 2,9 2,2 1,5 0,08 144				
					1,58	3,82	11,66	87,12