**Утверждено:**

 **И.О. директора школы: /Коршунова Е.П./**

 **МКОУ «Баскаковская СОШ» на 12 . 10 . 2023 г**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда****(г)** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность, ккал** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **Завтрак** |
| **Помидор в нарезке** | **60** | **0,7** | **0,1** |  **2,3** | **12,8** | **54-3з-2020** |
| **Омлет натуральный** | **150** | **12,7** |  **18** | **3,2** |  **225,5** | **54-1о-2020** |
| **Какао с молоком** |  **200** | **4,7** | **3,5** | **12,5** | **100,4** | **54-21гн-2020** |
| **Батон нарезной** | **30** | **2,3** | **0,9** | **15,4** | **78,5** | **Пром.** |
| **Пряник** | **35** | **2,1** | **1,6** | **26,3** | **128,1** | **Пром.** |
| **Итого завтрак:** | **530** | **22,5** |  **24,1** |  **59,7** | **545,3** |  |
| **Обед** |
| **Икра морковная** |  **60** | **1,3** | **4,3** | **6,1** | **67,9** | **54-12з-2020** |
| **Борщ с капустой и картофелем со сметаной** | **200** | **4,7** | **5,7** | **10,1** | **110,4** | **54-2с-2020** |
| **Голубцы ленивые** | **180** | **11,6** | **12,7** | **16,6** | **226,9** | **296** |
| **Соус красный основной** | **50** | **1,6** | **1,2** | **4,5** | **35,3** | **54-3соус-2020** |
| **Хлеб ржано-пшеничный** | **30** | **2** | **0,4** | **11,9** | **58,7** | **Пром.** |
| **Батон нарезной** | **30** | **2,3** | **0,9** | **15,4** | **78,5** | **Пром.** |
| **Мармелад фруктово-ягодный формовой** | **30** | **0,5** | **2,8** | **19,3** | **103,7** | **Пром.** |
| **Сок абрикосовый** | **200** | **1** | **0** | **25,4** | **105,6** | **Пром.** |
| **Итого обед:** | **780** | **25** | **28** | **109,3** | **787** |  |