

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка  
 Л.В.Кулагина

18 января 2023 год сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Энц.калл	Вит.С	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Каша манная молочная жидкая	200	2,4	3,82	16,1	108		185
Кофейный напиток с молоком	200	3,12	2,67	14,17	93		395
Бутерброд с повидлом (повидло)	30 10	2,49	0,3	27,56	141,82		
<b>Итого</b>	<b>440</b>	<b>8,01</b>	<b>6,79</b>	<b>57,83</b>	<b>342,82</b>		
<b>2 Завтрак</b>							
Сок	100	0,5		10,1	42,66	2	399
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,66</b>		
<b>Обед</b>							
Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,84	3,05	3,77	52,44		21
Суп картофельный с клецками	200	2,39	3,36	12,13	87,25		34
Бефстроганов из отварного мяса	70	9,22	8,33	3	146,3		293
Макаронные изделия отварные отварные	120	5,68	4,36	27,25	171		292
Компот из свежих фруктов+ вит С	200	7,76	7,76	17,86	69,38		124
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87		
<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>29,19</b>	<b>27,46</b>	<b>80,71</b>	<b>613,37</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>							
Запеканка творожная со сгущенкой	120	21,05	14,46	20,58	296,4		251
Ряженка	180	3,78	3,5	15,12	130,54		420
Батон	40	2,3	0,7	11,6	80,12		148
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44		368
<b>Итого</b>	<b>440</b>	<b>27,53</b>	<b>19,06</b>	<b>57,1</b>	<b>551,06</b>		
<b>Всего за день</b>	<b>1680</b>	<b>65,23</b>	<b>53,31</b>	<b>205,74</b>	<b>1549,91</b>		

Подпись:



Тимаева О.Н