

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка

Л.В. Кулагина

20 января 2023 год сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/д, калл	Вит.С	№ рец
<i>Завтрак</i>							
Каша овсяная молочная жидкая	200	6,66	11	22,64	216,44		185
Кофейный напиток с молоком	200	3,12	2,67	14,17	93		395
Батон	30	2,37	0,3	0,9	70,5		30
Сыр порционно	10	2,32	2,95		36		7
Итого	440	14,47	16,92	37,71	415,94		
<i>2 Завтрак</i>							
Сок	100	0,5		10,1	42,66		399
Итого	100	0,5	0	10,1	42,66		
<i>Обед</i>							
Салат из моркови с сахаром	50	0,62	0,05	3,81	26,16		42
Борщ на м/б со сметаной	250	308	1,74	5,42	70,85		30
Картофельная запеканка с мясом	220	14,7	15,7	33,97	271,45		308
Компот из сухофруктов+Свит	200	0,44	0,02	27,77	113		376
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87		
Итого	770	327,06	18,11	87,67	568,46		
<i>Уплотненный полдник</i>							
Сдоба обыкновенная	100	7,75	4,72	53,3	282		449
Йогурт питьевой	140	4,2	3,22	6,3	100,8		
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	66		368
Итого	390	12,55	8,54	74,3	448,8		
Всего за день	1700	354,58	43,57	209,78	1475,86		

Подпись:



Тимаева О.Н