

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка  
Л.В. Кулагина



31 января 2023 год сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/ц, калл	Вит.С	№ рец
<i>7 день</i>							
<i>Завтрак</i>							
Каша рисовая молочная жидкая	200	7,3	9	33,7	245		185
Какао с молоком	200	4,2	3,63	17,28	119		397
Батон	30	2,37	0,3	0,9	70,5		30
Сыр порционно	10	2,32	2,95		36		7
Итого	440	16,19	15,88	51,88	470,5		
<i>2 Завтрак</i>							
Снежок	120	3,24	3	12,96	94,8		
Итого	120	3,24	3	12,96	94,8		
<i>Обед</i>							
Салат из кукурузы с луком	60	1,65	3,57	7,17	59,52		12
Щи с рыбными консервами	180	9,68	7,19	22,64	171,6		73
Котлета рубленая из говядины	80	11,76	4,72	4,35	100,04		299
Пюре картофельное	130	3,66	5,03	27,84	161,5		339
Компот из сухофруктов+Свит	200	0,44	0,02	27,77	113		376
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87		
Итого	700	30,49	21,13	106,47	692,66		
<i>Уплотненный полдник</i>							
Суп молочный с гречневой крупой	200	5,97	5,47	17,08	141,6		179
Сок	100	0,5		10,1	42,66		399
Хлеб пшеничный	40	3,95	0,5	24,15	117,5		147
Итого	340	10,42	5,97	51,33	301,76		
Всего за день	1600	60,34	45,98	222,64	1559,72		

Подпись:

Тимаева О.Н