

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка

Л.В. Кулагина

03 февраля 2023 год

ясли

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/ц.калл	Вит.С	№ рец
10 день							
Завтрак							
Каша овсяная молочная жидкая	150	4,99	8,25	16,98	162,33		185
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70		395
Батон	20	1,58	0,2	9,66	47		30
Сыр порционно	7	1,62	2,06		25,2		7
Итого	327	10,53	12,51	37,27	304,53		
2 Завтрак							
Сок	100	0,5		10,1	42,66		399
Итого	100	0,5	0	10,1	42,66		
Обед							
Икра кабачковая	40	0,3	1,35	1,85	32,6		57
Борщ на м/б со сметаной	150	2,31	1,3	4,06	50,06		30
Котлета "Сочные"	53	13,1	8,5	7,6	160		
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,72	3,86	25,68	160		179
Компот из сухофруктов+Свит	150	0,33	0,01	20,83	84,75		376
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6		
Итого	533	24,4	15,5	73,38	557,01		
Уплотненный полдник							
Сдоба обыкновенная	100	7,75	4,72	53,3	282		449
Йогурт питьевой	120	3,6	2,76	5,4	86,4		
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	66		368
Итого	370	11,95	8,08	73,4	434,4		
Всего за день	1330	47,38	36,09	194,15	1338,6		

Подпись:



Тимаева О.Н