

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

10 января 2023 год ясли

Наименование блюда	выход	Б	Ж	У	Энц. калл	Вит. С	№ рец
<i>Завтрак</i>							
Каша геркулесовая молочная жидкая	150	3,72	6,5	11,81	121,49		69
Какао с молоком	170	3,7	4,14	13,02	84,1		416
Бутерброд с маслом (масло)	20	2,92	6,1	1,922	141		1
Итого	345	10,34	16,74	26,752	346,59		
<i>2 Завтрак</i>							
Снежок	150	3,24	3	12,96	94,8		420
Итого	150	3,24	3	12,96	94,8		
<i>Обед</i>							
Салат из свеклы	40	0,37	0,03	4,48	15,69		42
Рассольник на кур/бульоне, со сметаной	150	1,23	1,86	7,54	51,9		82
Голубцы ленивые	150	8,61	7,96	12,04	154,24		315
Компот из свежих фруктов+ вит С	150	0,13	0,12	13,4	52,04		390
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6		
Итого	530	12,98	10,45	50,82	343,47		
<i>Уплотненный полдник</i>							
Рыба, запеченная с овощами	60	11,1	4,99	1,24	98,98		283
Сок	150	0,5		10,1	42,66		418
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	19,32	94		147
Итого	230	14,76	5,39	30,66	235,64		
Всего за день	1255	41,32	35,58	121,19	1020,5		

Подпись:



Тимаева О.Н