

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с.Забэровка

Л.В.Кулагина

11 января 2023 год

ясли

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Энц.ккал	Вит.С	№ рец
<i>Завтрак</i>							
Каша жидкая молочная из смеси круп "Дружба"	150	4,74	7,63	19,75	167,37		185
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70		395
Батон	20	1,58	0,2	9,66	47		
Сыр порционно	8	2,32	2,95		36		7
Итого	328	10,98	12,78	40,04	320,37		
<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 белокачанной капусты с морковью	40	0,56	2,03	2,5	30,51		21
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,23	1,86	7,54	51,9		36
Жаркое по-домашнему	150	20,8	5,33	18,5	205		64
Компот из сухофруктов+Сыт	150	0,33	0,01	20,83	84,75		376
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6		
Итого	530	25,56	9,71	62,73	441,76		
<i>Уплотненный полдник</i>							
Сырники со сгущенным молоком	140	5,78	7,62	40,9	355,4		251
Ряженка с сахаром	140	3,48	3	5,04	60,8		401
Батон	20	2,1	0,6	9,5	78,2		148
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44		368
Итого	400	11,76	11,62	65,24	538,4		
Всего за день	1358	48,8	34,11	178,11	1343,19		

Подпись:

Тимаева О.Н