

УТВЕРЖДАЮ:

 Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка  
 Л.В. Кулагина

23 января 2023г

ясли

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/ц.калл	Вит.С	№ рац
<i>Тогня</i>							
<b>Завтрак</b>							
Каша рисовая молочная жидкая	140	3,088	5,706	10,507	128,6		199
Кофейный напиток с молоком	150	3,3	3,23	12,84	79,1		414
Бутерброд с повидлом (повидло)	22	2,38	0,75	15,63	95,8		2
Итого	330	8,768	9,686	38,977	303,5	0	
<b>2 Завтрак</b>							
Сок	150	0,5		10,1	42,66		418
Итого	150	0,5	0	10,1	42,66	0	
<b>Обед</b>							
Салат из горошка консервированного с луком	40	1,05	3,39	2,6	44,47		10
Щи с рыбными консервами	150	7,56	5,03	15,058	111		73
Тефтели мясные с рисом, со сметанным соусом	60	2,76	7,73	3,62	119,1		304
Пюре картофельное	110	3,022	3,78	21,48	126,5		339
Компот из сухофруктов+Свит	150	0,2		14,4	53		394
Хлеб ржаной	40	1,8	0,2	18,6	55,6		148
Итого	550	16,392	20,13	75,758	509,67	0	
<b>Уплотненный полдник</b>							
Омлет натуральный	100	3,97	7,64	0,76	116,3		90
Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28		411
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	10	368
Батон	20	2,3	0,7	1,6	78,7		3
Итого	370	6,71	8,75	19,15	267	10	
Всего за день	1400	32,37	38,566	143,99	1122,83	10	

Подпись:



Тимаева О.Н