

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка
Л.В. Кулагина

03 марта 2023 год

сад

Наименование блюда	выход	Б	Ж	У	Эн/ц. калл	Вит. С	№ рец
Завтрак							
Каша овсяная молочная жидкая	200	6,66	11	22,64	216,44		185
Кофейный напиток с молоком	200	3,12	2,67	14,17	93		395
Батон	30	2,37	0,3	0,9	70,5		30
Сыр порционно	10	2,32	2,95		36		7
Итого	440	14,47	16,92	37,71	415,94		
2 Завтрак							
Сок	100	0,5		10,1	42,66		399
Итого	100	0,5	0	10,1	42,66		
Обед							
Икра кабачковая	50	0,62	0,05	3,81	26,16		42
Борщ на м/б со сметаной	250	308	1,74	5,42	70,85		30
Котлета "Сочные"	53	13,1	8,5	7,6	160		
Каша гречневая рассыпчатая	130	7,43	5,02	33,38	208		179
Компот из сухофруктов+Свит	200	0,44	0,02	27,77	113		376
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87		
Итого	733	332,89	15,93	94,68	665,01		
Уплотненный полдник							
Сдоба обыкновенная	100	7,75	4,72	53,3	282		449
Йогурт питьевой	140	4,2	3,22	6,3	100,8		
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	66		368
Итого	390	12,55	8,54	74,3	448,8		
Всего за день	1663	360,41	41,39	216,79	1572,41		

Подпись:

Тимаева О.Н