



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

06 февраля 2023г

сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/ц.ккал	Вит.С	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Каша рисовая молочная жидкая	160	4,004	7,506	13,296	138,48		199
Кофейный напиток с молоком	180	3,8	4,14	13,25	95,3		414
Бутерброд с повидлом (повидло)	25 20	2,49	1,93	27,56	132,6		2
Итого	385	10,29	13,576	54,106	366,38		
<b>2 Завтрак</b>							
Сок	180	0,5		10,1	42,66		418
Итого	180	0,5	0	10,1	42,66		
<b>Обед</b>							
Салат из свеклы	60	0,62	0,05	3,81	26,16		42
Щи с рыбными консервами	180	9,68	7,19	22,64	171,6		73
Голубцы ленивые "Вкусные" с томатным соусом	62	12,4	9	5,4	152		
Компот из сухофруктов+Свит	200	0,3		17,1	73,6		394
Хлеб ржаной	50	2,3	0,3	26,5	87		148
Итого	552	25,3	16,54	75,45	510,36	0	
<b>Уплотненный полдник</b>							
Омлет натуральный	120	7,05	13,58	1,01	187,4		90
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40		411
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44		368
Батон	45	2,1	0,6	11,5	80,12		3
Итого	445	9,61	14,6	32,3	351,52		
Всего за день	1562	45,7	44,716	171,96	1270,92		

Подпись:

Тимаева О.Н