



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка

Л.В.Кулагина

08 февраля 2023 год

сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	Эн/ц.ккал	Вит.С	№ рец
Завтрак						
Каша жидкая молочная из смеси круп "Дружба"	200	6,32	10,18	26,34	223,16	185
Кофейный напиток с молоком	200	3,12	2,67	14,17	93	395
Батон	30	2,37	0,3	14,49	70,5	
Сыр порционно	10	2,32	2,95		36	7
Итого	440	14,13	16,1	55	422,66	
2 Завтрак						
Сок	100	0,5		10,1	42,66	399
Итого	100	0,5	0	10,1	42,66	
Обед						
Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,84	3,05	3,77	52,44	21
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,68	2,84	17,14	104,75	36
Плов из птицы	200	10,32	15,3	14,83	263,1	321
Компот из сухофруктов+Свит	200	0,44	0,02	27,77	113	376
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	
Итого	690	17,58	21,81	80,21	620,29	
Уплотненный полдник						
Сырники со сгущенным молоком	150	8,3	13,37	62,36	416,7	251
Ряженка с сахаром	160	4,06	3,5	5,88	70,93	401
Батон	40	2,3	0,7	11,6	80,12	148
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	368
Итого	450	15,06	17,97	89,64	611,75	
Всего за день	1680	47,27	55,88	234,95	1697,36	

Подпись:

Тимаева О.Н