



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка

Л.В. Кулагина

10 февраля 2023 год

сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/ц.калл	Вит.С	№ рец
5 день							
Завтрак							
Каша пшениная жидкая молочная	200	7,3	9	33,7	245		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	15,11	14,92	62,36	444,5		
2 Завтрак							
Сок	100	0,5		10,1	42,66		399
Итого	100	0,5	0	10,1	42,66		
Обед							
Салат из кукурузы с луком	60	1,65	3,57	7,17	59,52		12
Суп овощной на м/б со сметаной	200	4,87	7,12	27,87	161,25		73
Ёжики в томатном соусе	62	18,8	10,4	6,8	196		
Пюре картофельное	130	3,66	5,03	27,84	161,5		339
Компот из сухофруктов+Свит	200	0,44	0,02	27,77	113		376
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87		
Итого	702	32,72	26,74	114,15	778,27		
Уплотненный полдник							
Ватрушка с творогом	120	13,89	7,84	55,99	292,76		441
Йогурт питьевой	140	4,2	3,22	6,3	100,8		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44		368
Итого	360	18,49	11,46	72,09	437,56		
Всего за день	1602	66,82	53,12	258,7	1702,99		

Подпись:

Тимаева О.Н