

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

20 марта 2023г

сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/ц.калл	Вит.С	№ рец
<b>День</b>							
<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
<b>Итого</b>	<b>385</b>	<b>10,29</b>	<b>13,576</b>	<b>54,106</b>	<b>366,38</b>		
<b>2 Завтрак</b>							
Сок	180	0,5		10,1	42,66		418
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,66</b>		
<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
<b>Итого</b>	<b>552</b>	<b>25,3</b>	<b>16,54</b>	<b>75,45</b>	<b>510,36</b>	<b>0</b>	
<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
<b>Итого</b>	<b>445</b>	<b>9,61</b>	<b>14,6</b>	<b>32,3</b>	<b>351,52</b>		
<b>Всего за день</b>	<b>1562</b>	<b>45,7</b>	<b>44,716</b>	<b>171,96</b>	<b>1270,92</b>		

Подпись:



Тимаева О.Н