



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

21 марта 2023 год сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Энц.калл	Вит.С	№ рец
<i>Завтрак</i>							
Каша геркулесовая молочная жидкая	160	4,32	7,4	15,27	153,68		69
Какао с молоком	200	4,3	4,56	14,53	115,7		416
Батон	25	2,92	6,1	1,922	141		1
Масло сливочное	5						
Итого	390	11,54	18,06	31,722	410,38		
<i>2 Завтрак</i>							
Снежок	180	3,78	3,5	15,12	130,54		420
Итого	180	3,78	3,5	15,12	130,54		
<i>Обед</i>							
Салат из горошка консервированного с луком	60	1,57	5,08	3,9	67		108
Рассольник на кур/бульоне, со сметаной	250	2,68	2,84	17,14	104,75		82
Жаркое по-домашнему	220	27,53	7,47	21,29	265		64
Компот из свежих фруктов+ вит С	200	0,16	0,16	23,88	97,4		390
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87		
Итого	780	35,24	16,15	82,91	621,15		
<i>Уплотненный полдник</i>							
Рыба, запеченная с овощами	70	12,80	6,48	1,24	132,57		283
Сок	180	0,5		10,1	42,66		418
Хлеб пшеничный	40	3,95	0,5	24,15	117,5		147
Итого	290	17,25	6,98	35,49	292,73		
Всего за день	1640	67,81	44,69	165,24	1454,8		

Подпись:  Тимаева О.Н