

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка

Л.В. Кулагина

24 марта 2023 год

сад

| Наименование блюд              | выход | Б     | Ж     | У      | Эн/ц, калл | Вит. С | № рец |
|--------------------------------|-------|-------|-------|--------|------------|--------|-------|
| <i>Здешь</i>                   |       |       |       |        |            |        |       |
| <i>Завтрак</i>                 |       |       |       |        |            |        |       |
| Каша молочная пшениная жидкая  | 200   | 7,3   | 9     | 33,7   | 245        |        | 199   |
| Кофейный напиток с молоком     | 180   | 3,8   | 4,14  | 13,25  | 95,3       |        | 414   |
| Бутерброд с сыром              | 45    | 2,1   | 0,6   | 11,5   | 80,12      |        | 3     |
| Итого                          | 425   | 13,2  | 13,74 | 58,45  | 420,42     |        |       |
| <i>2 Завтрак</i>               |       |       |       |        |            |        |       |
| Сок фруктовый                  | 180   | 0,5   |       | 10,1   | 42,66      |        | 418   |
| Итого                          | 180   | 0,5   | 0     | 10,1   | 42,66      |        |       |
| <i>Обед</i>                    |       |       |       |        |            |        |       |
| 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    |
| "Ежики" в томатном соусе       | 53\30 | 20,19 | 14,31 | 14,59  | 263,8      |        | 366   |
| Пюре картофельное              | 130   | 3,66  | 5,03  | 27,84  | 161,5      |        | 339   |
| Компот из сушеных фруктов+Свит | 200   | 0,3   |       | 17,1   | 73,6       |        | 394   |
| Хлеб ржаной                    | 50    | 2,3   | 0,3   | 26,5   | 87         |        | 148   |
| Итого                          | 723   | 32,97 | 30,33 | 121,07 | 806,67     |        |       |
| <i>Уплотненный полдник</i>     |       |       |       |        |            |        |       |
| Ватрушка с творогом            | 120   | 13,89 | 7,84  | 55,99  | 292,76     |        | 441   |
| Йогурт                         | 150   | 4,2   | 3,22  | 6,3    | 100,8      |        | 420   |
| Фрукты свежие                  | 100   | 0,4   | 0,4   | 9,8    | 44         |        | 368   |
| Итого                          | 370   | 18,49 | 11,46 | 72,09  | 437,56     |        |       |
| Всего за день                  | 1698  | 65,16 | 55,53 | 261,71 | 1707,31    |        |       |

Подпись:



Тимаева О.Н