

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборонка

Л.В. Кулагина

29 марта 2023 год

сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/ц, калл	Вит.С	№ рец
<i>Завтрак</i>							
Каша манная молочная жидкая	200	2,4	3,82	16,1	108		185
Кофейный напиток с молоком	200	3,12	2,67	14,17	93		395
Бутерброд с повидлом (повидло)	30 10	2,49	0,3	27,56	141,82		
Итого	440	8,01	6,79	57,83	342,82		
<i>2 Завтрак</i>							
Сок	100	0,5		10,1	42,66	2	399
Итого	100	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
Борщ на м/б со сметаной	250	308	1,74	5,42	70,85		30
Бефстроганов из отварного мяса	70	9,22	8,33	3	146,3		293
Макаронные изделия отварные отварные	120	5,68	4,36	27,25	171		292
Компот из свежих фруктов+ вит С	200	7,76	7,76	17,86	69,38		124
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87		
Итого	750	335,61	26,36	77,4	604,05		
<i>Уплотненный полдник</i>							
Запеканка творожная со сгущенкой	120	21,05	14,46	20,58	296,4		251
Раженка	180	3,78	3,5	15,12	130,54		420
Батон	40	2,3	0,7	11,6	80,12		148
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44		368
Итого	440	27,53	19,06	57,1	551,06		
Всего за день	1730	371,65	52,21	202,43	1540,59		

Подпись:



Тимаева О.Н