

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка

Л.В.Кулагина

31 марта 2023 год сад

| Наименование блюд | выход | Б | Ж | У | Эн/д, калл | Вит.С | № рец |
|------------------------------|-------------|---------------|--------------|---------------|----------------|-------|-------|
| 1 Обед | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша овсяная молочная жидкая | 200 | 6,66 | 11 | 22,64 | 216,44 | | 185 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,12 | 2,67 | 14,17 | 93 | | 395 |
| Батон | 30 | 2,37 | 0,3 | 0,9 | 70,5 | | 30 |
| Сыр порционно | 10 | 2,32 | 2,95 | | 36 | | 7 |
| Итого | 440 | 14,47 | 16,92 | 37,71 | 415,94 | | |
| 2 Завтрак | | | | | | | |
| Сок | 100 | 0,5 | | 10,1 | 42,66 | | 399 |
| Итого | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,66 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 50 | 0,62 | 0,05 | 3,81 | 26,16 | | 42 |
| Борщ на м/б со сметаной | 250 | 308 | 1,74 | 5,42 | 70,85 | | 30 |
| Котлета "Сочные" | 53 | 13,1 | 8,5 | 7,6 | 160 | | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 7,43 | 5,02 | 33,38 | 208 | | 179 |
| Компот из сухофруктов+Свит | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,77 | 113 | | 376 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87 | | |
| Итого | 733 | 332,89 | 15,93 | 94,68 | 665,01 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |
| Сдоба обыкновенная | 100 | 7,75 | 4,72 | 53,3 | 282 | | 449 |
| Йогурт питьевой | 140 | 4,2 | 3,22 | 6,3 | 100,8 | | |
| Фрукты свежие | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 66 | | 368 |
| Итого | 390 | 12,55 | 8,54 | 74,3 | 448,8 | | |
| Всего за день | 1663 | 360,41 | 41,39 | 216,79 | 1572,41 | | |

Подпись:



Тимаева О.Н