

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

03 апреля 2023г

если

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Энц.калл	Вит.С	№ рец
День							
Завтрак							
Каша рисовая молочная жидкая	140	3,088	5,706	10,507	128,6		199
Кофейный напиток с молоком	150	3,3	3,23	12,84	79,1		414
Бутерброд с повидлом	45	2,38	0,75	15,63	95,8		2
Итого	335	8,768	9,686	38,977	303,5	0	
2 Завтрак							
Сок фруктовый	150	0,5		10,1	42,66		418
Итого	150	0,5	0	10,1	42,66	0	
Обед							
Салат из свеклы	40	0,37	0,03	4,48	15,69		42
Щи с рыбными консервами	150	7,56	5,03	15,058	111		73
Голубцы ленивые "Вкусные" с томатным соусом	53	12,4	9	5,4	152		
Компот из сухофруктов+Свит	150	0,2		14,4	53		394
Хлеб ржаной	40	1,8	0,2	18,6	55,6		148
Итого	433	22,33	14,26	57,938	387,29	0	
Уплотненный полдник							
Омлет натуральный	100	3,97	7,64	0,76	116,3		90
Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28		411
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	10	368
Батон	20	2,1	0,6	9,5	78,2		148
Итого	370	6,51	8,65	27,05	266,5	10	
Всего за день	1288	38,108	32,596	134,07	999,95	10	

Подпись:



Тимаева О.Н