



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка
Л.В. Кулагина

10 апреля 2023 год

САД

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/ц. калл	Вит. С	№ рец
<i>бдень</i>							
<i>Завтрак</i>							
Каша жидкая молочная из смеси круп "Дружба"	180	6,32	10,18	26,34	223,16		68
Кофейный напиток с молоком	180	3,8	4,14	13,25	95,3		414
Бутерброд с повидлом	55	2,49	1,93	27,56	132,6		2
Итого	415	12,61	16,25	67,15	451,06		
<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 белокачанной капусты с морковью	60	0,84	3,05	3,77	52,44		21
Суп картофельный с клецками на м/б	200	2,39	3,36	12,13	87,25		34
Котлета мясная рубленая	80	11,76	4,72	4,35	100,04		299
Рис отварной	130	4,33	4,55	51,34	260,7		333
Компот из свежих фруктов+ вит С	200	0,16	0,16	23,88	97,4		390
Хлеб ржаной	50	2,3	0,3	26,5	87		148
Итого	590	21,78	16,14	121,97	684,83		
<i>Уплотненный полдник</i>							
Омлет натуральный	120	7,05	13,58	1,01	187,4		90
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40		411
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44		368
Батон	40	2,3	0,7	11,6	80,12		148
Итого	440	9,81	14,7	32,4	351,52		
Всего за день	1625	44,7	47,09	231,62	1530,07		

Подпись:

Тимаева О.Н