

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка

Л.В. Кулагина

19 мая 2023 год

сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/ц. калл	Вит. С	№ рец
<i>5 день</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
"Ежик" 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