

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка

Л.В. Кулагина

24 мая 2023 год

сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Энц.калл	Вит.С	№ рец
<i>Занять</i>							
<i>Завтрак</i>							
Каша манная молочная жидкая	160	4,114	7,51	12,276	184,3		199
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	395	10,404	13,58	53,086	412,2		
<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
Борщ на м/б со сметаной	250	3,08	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	127,3		292
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	750	22,09	18,46	93,22	588,37		
<i>Уплотненный полдник</i>							
Запеканка творожная со сгущенкой	120	21,05	14,46	20,58	296,4		251
Ряженка	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	1765	60,524	51,1	213,51	1594,29		

Подпись:



Тимаева О.Н