

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ООШ с. Заборовка

Л.В. Кулагина

22 МАЯ 2023 год

ясли

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Энц. калл	Вит. С	№ рец
<i>бдень</i>							
<b>Завтрак</b>							
Каша жидкая молочная из смеси круп "Дружба"	150	4,74	7,63	19,75	167,37		68
Кофейный напиток с молоком	150	3,3	3,23	12,84	79,1		414
Бутерброд с повидлом	45	2,38	0,75	15,63	85,8		2
Итого	345	10,42	11,61	48,22	332,27		
<b>2 Завтрак</b>							
Сок фруктовый	150	0,5		10,1	42,66		418
Итого	150	0,5	0	10,1	42,66		
<b>Обед</b>							
Салат из белокачанной капусты с морковью	40	0,56	2,03	2,5	30,51		21
Суп картофельный с клецками на м/б	150	1,2	1,86	7,54	51,9		34
Котлета мясная рубленая	60	11,76	4,725	4,35	100,04		299
Рис отварной	110	3,62	3,66	43,43	219,1		333
Компот из свежих фруктов+ вит С	150	0,13	0,12	13,4	52,04		390
Хлеб ржаной	40	1,8	0,2	18,6	55,6		148
Итого	550	19,07	12,595	89,82	509,19		
<b>Уплотненный полдник</b>							
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		
Батон	20	2,1	0,6	9,5	78,2		148
Итого	370	6,51	8,65	27,05	266,5		
Всего за день	1415	36,5	32,855	175,19	1150,62		

Подпись:

