



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

26 мая 2023 год ясли

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Эн/ц.калл	Вит.С	№ рец
<i>10день</i>							
<i>Завтрак</i>							
Каша геркулесовая молочная жидкая	150	3,72	6,5	11,81	121,49		69
Кофейный напиток с молоком	150	3,3	3,23	12,84	79,1		414
Бутерброд с сыром	40	2,3	0,7	1,6	78,7		3
Итого	340	9,32	10,43	26,25	279,29		
<i>2 Завтрак</i>							
Сок фруктовый	150	0,5		10,1	42,66		418
Итого	150	0,5	0	10,1	42,66		
<i>Обед</i>							
Икра кабачковая	40	0,3	1,35	1,85	32,6		57
Щи из свежей капусты на м/б со сметаной	150	1,05	2,92	5,08	50,85		73
Котлета "Сочные"	53	13,1	8,5	7,6	160		
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,72	3,86	25,68	160		179
Компот из сухофруктов+Свит	150	0,2		14,4	53		394
Хлеб ржаной	40	1,8	0,2	18,6	55,6		148
Итого	533	22,17	16,83	73,21	512,05		
<i>Уплотненный полдник</i>							
Сдоба обыкновенная	100	7,75	4,72	53,3	282		449
Йогурт	130	3,6	2,76	5,4	86,4		420
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	66		368
Итого	380	11,95	8,08	73,4	434,4		
Всего за день	1403	43,94	35,34	182,96	1268,4		

Подпись:

Тимаева О.Н