

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

29 мая 2023г

сад

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	Энд.калл	Вит.С	№ рец
<i>День</i>							
<i>Завтрак</i>							
Каша рисовая молочная жидкая	160	4,004	7,506	13,296	138,48		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	10,29	13,576	54,106	366,38		
<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 свеклы	60	0,62	0,05	3,81	26,16		42
Щи с рыбными консервами	180	9,68	7,19	22,64	171,6		73
Голубцы ленвые "Вкусные" с томатным соусом	53	12,4	9	5,4	152		
Компот из сухофруктов+Свит	200	0,3		17,1	73,6		394
Хлеб ржаной	50	2,3	0,3	26,5	87		148
Итого	543	25,3	16,54	75,45	510,36	0	
<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	1558	45,9	44,816	172,06	1270,92		

Подпись:



Тимаева О.Н