



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

13 октября 2023г

с/д

10 день			Пищевые вещества			
Приём пищи	Наименование блюда	выход блюда с/д	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность, Ккал с/д
			с/д	с/д	с/д	
	Каша геркулесовая молочная жидкая	160	4,32	7,40	15,27	153,68
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	180	3,80	4,14	13,25	95,30
	Бутерброд с сыром	45	2,10	0,60	11,50	60,12
	Итого	385	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>385</b>	<b>10,22</b>	<b>12,14</b>	<b>40,02</b>	<b>329,10</b>
2-й завтрак	Сок фруктовый	180	0,50	0,00	10,10	42,66
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>180</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>10,10</b>	<b>42,66</b>
Обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,57	5,08	3,90	67,00
	Щи на м/б из свежей капусты со сметаной	200	1,74	4,88	8,48	84,75
	Печень тушеная в сметане	95	12,28	7,07	8,57	144,94
	Макаронные изделия отварные	120	5,68	4,36	27,25	127,10
	Компот из сушеных фруктов+Свит	200	0,30	0,00	17,10	73,60
	Хлеб ржаной	50	2,30	0,30	26,50	87,00
	<b>Итого</b>	<b>725</b>	<b>23,87</b>	<b>21,69</b>	<b>91,80</b>	<b>584,39</b>
Уплотненный полдник	Сдоба обыкновенная	100	7,75	4,72	52,30	282,00
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
	Йогурт	150	4,20	3,22	6,30	100,80
	Всего за день	350	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>1640</b>	<b>12,35</b>	<b>8,34</b>	<b>68,40</b>	<b>426,80</b>
	<b>Итого за десятый день</b>		<b>46,94</b>	<b>42,17</b>	<b>210,32</b>	<b>1382,95</b>
				Завхоз:		Тимаева О.Н