

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБОУ СОШ с Заборовка
 И. В. Кулагина

16 октября 2023 ГОД сад

1 ДЕНЬ		Пищевые вещества				
Прим пищи	Наименование блюда	выход блюда	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность, Ккал
Шестой день		сад	сад	сад	сад	сад
Завтрак	Каша молочная рисовая жидкая	160	4,004	7,506	13,296	134,48
	Кофейный напиток с молоком	180	3,80	4,14	13,25	95,30
	Бутерброд с повидлом	55	2,49	1,93	27,56	132,60
	Итого:	395	10,29	13,58	54,11	362,38
2-й завтрак	Сок фруктовый	180	0,50	0,00	10,10	42,66
	Итого:	180	0,50	0,00	10,10	42,66
Итого завтрак:		575	10,79	13,58	64,21	405,04
Обед	Салат из морковки с сахаром	50	0,062	0,050	3,810	26,16
	Щи с рыбными консервами	180	9,68	7,19	22,64	171,60
	Голубцы ленивые*	53	12,40	9,00	5,40	152,00
	Соус томатный	30	1,39	3,91	7,79	67,80
	Компот из сухофруктов+Свит	200	0,30	0,00	17,10	73,60
	Хлеб ржаной	50	2,30	0,30	26,50	87,00
Итого:		563	26,132	20,45	83,24	578,16
Упортивный полдник	Омлет натуральный	120	7,05	13,58	1,01	187,40
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
	Батон	40	2,30	0,70	11,60	80,12
	Фрукты свежие	100	0,40	44,00	9,80	44,00
Итого:		620	9,83	98,3	32,4	351,52
Итого за шестой день		1758	46,76	132,33	179,85	1334,72

Завхоз:

Тимаева О.Н