

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБОУ ООШ с. Заборюха
 О.В. Кулагина

24 октября 2023 год ясли

Примеры пищи	Наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества			
			белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, Ккал
		если	если	если	если	если
	Каша рисовая жидкая молочная	140	3,088	5,706	10,507	128,60
Завтрак	Какао с молоком	170	3,70	4,14	13,02	84,10
	Бутерброд с сыром	40	2,30	0,70	1,60	78,70
	Итого:	350	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:	350	9,088	10,546	25,127	291,40
2-й завтрак	Снежок	150	3,24	3,00	12,96	94,80
	Итого завтрак:	150	3,240	3,000	12,960	94,80
Обед	Салат из свежих огурцов	40	0,30	2,43	0,95	26,92
	Щи с рыбными консервами	150	7,56	5,03	15,058	111,00
	Палочки с крупой в сметано томатном соусе	83	13,37	9,73	11,36	153,41
	Пюре картофельное	110	3,022	3,78	21,48	126,50
	Компот из сушеных фруктов+Свит	150	0,20	0,00	14,40	53,00
	Хлеб ржаной	40	1,80	0,20	18,60	55,60
	Итого	573	26,252	21,170	81,848	526,43
Удотенны и полдник	Суп молочный с гречневой крупой	150	4,48	4,10	12,81	106,20
	Сок фруктовый	150	0,50	0,00	10,10	42,66
	Хлеб пшеничный	20	3,16	0,40	19,32	94,00
	Всего за день	320	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:	1393	8,140	4,500	42,230	242,86
Итого за седьмой день			46,720	39,216	162,165	1155,49
			Завхоз:			Тимаева О.Н