



Утверждаю
Заведующий МБОУ "Солнышко"

О.Н. Шадрикова

2023 год

2 неделя 2 день

ЗАВТРАК						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
101	Суп молочный жидкий манный	200	3,18	3,89	21,44	134
2	Бутерброд с повидлом	55	2,7	4,28	30,06	170,17
411	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,1	44,44
Итого за приём:		455	5,95	8,19	62,6	348,61
ОБЕД						
22	Салат из картофеля с соленым огурцом	60	0,82	3,12	4,8	52
58	Свскольник на к/б	250	3,26	7,1	15,3	129,85
315	Голубцы ленивые	170	18,23	14,38	17,31	256,89
б/н	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,46	21,92	105,92
394	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113
Итого за приём:		725	26,33	25,08	87,09	657,66
ПОЛДНИК						
418	Сок фруктовый	120	0,9	0	18,18	72,6
430	Блинчики со сгущенным молоком	90	8,32	13,4	50,95	326,8
416	Какао с молоком	200	4,21	4,33	16,69	123,89
Итого за приём:		410	13,43	17,73	85,82	523,29
Всего за день:		1590	45,71	51	235,51	1529,56
Рекомендуется		1590	45,9	51	222	1530
Отклонения		0	-0,19	0	13,51	-0,44