Утверждаю
Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызр
_____Макарова
Приказ №29 от «28» февраля 20

МЕНЮ
9 ДЕНЬ
«05» 05 20 22 г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая гречневая молочная с маслом сливочным	160	5,58	8,34	20	177,6
2	Чай с молоком	150	2,65	2,33	14,31	77
3	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
4	Сыр	10	2,53	3,19	0	39,6

2 ЗАВТРАК

1	Сок (нектар) витаминизированный	200	0	0	22	90
2	Кондитерские изделия	13	1,56	0,78	11,52	68,7

ОБЕД

1	Уха с крупой	150\10	3,5	0,8	8,3	5
2	Пюре картофельное	110	2,24	3,52	14,98	100,83
3	Печень по -строгановски со сметанным соусом	40/30	12,4	12,7	4,83	183,5
4	Кисель из с\м ягод	150	0,13	0,06	23,13	52
5	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	46,7
6	Хлеб ржаной	36	1,78	0,32	9,02	46,8
7	Салат овощной /овощи свежие/икра овощная	40	0,63	2,05	4,84	40,27

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

1	Пирог со с\м горбушей	150	10,29	8,8	37,4	277
2	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	8,32	33,33
3	Фрукт свежий	100	0,92	0,3	17,2	68,7

Итого за девятый день ясли	47,04	43,556	212,82	1342,05