

Утвержд
 Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. С...
 Макаров
 Приказ №29 от «28» февраля 2...



МЕНЮ
 10 ДЕНЬ
 «06» 05 20 22 Г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход д/е	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая пшениная молочная с маслом сливочным	180	4,54	4,64	28,58	220
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
3	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
4	Сгущенное молоко (цельное и с сахаром) или сгущёно-варёное молоко	10	0,72	0,85	5,55	32,8

2 ЗАВТРАК

1	Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,3	76
---	-----------------------	-----	------	------	-----	----

ОБЕД

1	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне с йодированной солью	180	3,95	3,79	11,75	97,02
2	Жаркое по домашнему	150	18,77	5,09	14,97	180,68
3	Компот из апельсинов	180	0,41	0,09	30,59	125
4	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,33
5	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3
6	Салат овощной /овощи свежие/икра овощная	60	0,95	3,07	7,26	60,4

УЩЕЛЮТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

1	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,18	4,69	16,96	130,7
2	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89
3	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
4	Кондитерские изделия	13	1,56	0,78	11,52	68,7
5	Фрукт свежий	100	0,92	0,3	17,2	68,7

Итого за десятый день сад			44,85	46,72	215,29	1824,77
---------------------------	--	--	-------	-------	--------	---------