

08/11



Утверждаю
Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сы
Макарова
Приказ №29 от «28» февраля 2022

МЕНЮ
1 ДЕНЬ
«23» 05 20 22 г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая рисовая молочная на сгущенном молоке с маслом сливочным	160	4,77	5,19	41,77	231,8
2	Чай с лимоном	150/4/7	2,65	2,33	11,31	77
3	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
4	Масло сливочное	10	0,12	8,2	12,04	47,1

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	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной с йодированной солью	150	2,22	2,31	8,71	70,95
2	Запеканка картофельная с печенью	100	6,2	3,79	15,76	124,85
3	Кисель из кураги	150	0,66	0,04	21,44	88,8
4	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	46,7
5	Хлеб ржаной	36	1,78	0,32	9,02	46,8
6	Салат овощной /овощи свежие/икра овощная <i>Сельдь с луком</i>	30	0,63	2,05	4,84	40,27

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

1	Омлет натуральный	135	11,91	21,37	2,4	249
2	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89
3	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
4	Фрукт свежий	100	0,92	0,3	17,2	68,7

Итого за 1 день ясли		40,54	49,9	215,21	1409,71
----------------------	--	-------	------	--------	---------