

Утверждаю

Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань

Макарова

Приказ №29 от «28» февраля 20



МЕНЮ

2 ДЕНЬ

«24»

05

20

г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая пшено-рисовая молочная с маслом сливочным	160	5,33	6,93	16,9	106,8
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	Сыр	10	2,53	3,19	0	39,6

2 ЗАВТРАК

1	Кисломолочный напиток	135	3,91	3,38	5,67	68,4
2	Кондитерские изделия	13	2,12	0,26	14,76	62,1

ОБЕД

1	Суп картофельный с клёцками с йодированной солью на курином бульоне	150	1,24	1,86	7,54	51,9
2	Макаронные изделия отварные	100	4,9	5,51	28,47	250
3	Котлеты куриные	60	11,5	2,6	8,1	101,1
4	Соус сметанный	30	0,09	3,33	3,9	49,4
5	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,01	20,83	85
6	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	46,7
7	Хлеб ржаной	36	1,78	0,32	9,02	46,8
8	Сельдь соленая с луком	40	7,08	3,55	0	60

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

1	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	137,5
2	Рыба запеченная в омлете	80	8,07	4,47	2,57	102
3	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	8,32	33,33
4	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	46,7

	Итого за 2 день ясли	51,44	43,496	186,14	1411,35	
--	----------------------	-------	--------	--------	---------	--