



Утверждаю:

Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань

Климина Л.Н.

Приказ № _____ от «28» февраля 2023 г.

**МЕНЮ
5 ДЕНЬ**

« 28 » 04 20 23 Г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход д/с	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая пшеничная молочная с маслом сливочным	200	5,3	4,12	31,59	187,78
2	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
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	Сок (нектар) витаминизированный	200	0	0	22	90
2	Кондитерские изделия	18	2,16	1,08	15,95	95,12

ОБЕД

1	Суп картофельный с гренками на мясном бульоне с йодированной солью	200/20	1,87	18,26	13,31	81
2	Жаркое по -домашнему	150	18,77	5,09	14,97	180,68
3	Кисель из свежих (свежезамороженных ягод) +вит.С	180	0,16	0,07	24,15	97,92
4	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3
5	Салат овощной /овощи свежие/икра овощная	60	0,95	3,07	7,26	60,4

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

1	Пирожок печенный картофельный с луком	150	10,92	18,78	80,88	437
2	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40
3	Фрукт свежий	100	0,92	0,3	17,2	68,7

	Итого за пятый день сад		49,66	55,52	280,97	1591,72
--	-------------------------	--	-------	-------	--------	---------