

Утверждаю:
 / Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань
 Климина Л.Н.
 Приказ № 28 от «28» февраля 2023 г.



**МЕНЮ
 7 ДЕНЬ**

«14» 06 2023 Г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая ячневая молочная с маслом сливочным	160	4,01	2,06	25,19	135
2	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70
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	18	2,16	1,08	15,95	95,12

ОБЕД

1	Суп картофельный с макаронными изделиями с йодированной солью на курином бульоне	150	5,16	6,54	8,6	99,75
2	Плов из птицы	100	16,96	23,79	3,92	170
3	Компот из свежих яблок + вит С	150	0,12	0,12	17,91	73,2
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	40	0,63	2,05	4,84	40,27

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

1	Пюре картофельное	130	2,64	4,16	17,7	119,16
2	Зразы рыбные с яйцом с соусом № 347	60\30	10,77	5,32	12,1	139
3	Кисломолочный напиток	135	3,91	3,38	5,67	68,4
4	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
5	Фрукт	100	0,92	0,3	17,2	68,7

	Итого за седьмой день сад		55,74	53,73	179,02	1276,62
--	---------------------------	--	-------	-------	--------	---------