



Утверждаю:

Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань

Климина Л.Н.

« 27 » июня 2023 г.

МЕНЮ 2 ДЕНЬ

« 04 » 07 2023 г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая пшено-рисовая молочная с маслом сливочным	170	5,86	7,36	17,96	113,48
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
---	-----------------------	-----	------	------	------	------

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	Палочки «Сытные»	62	17,2	7,3	3,2	186,2
4	Соус сметанный с томатом и луком	30	0,09	3,33	3,9	49,4
5	Компот из свежих (свежезамороженных ягод) +вит.С	150	0,33	0,17	20,82	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	Салат овощной /овощи свежие/икра овощная	40	1,78	0,32	9,02	46,8

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

1	Пюре картофельное	130	2,64	4,16	17,7	119,16
2	Рыба запеченная в омлете	80	8,07	4,47	2,57	134
3	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	8,32	33,33
4	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02

Итого за 2 день ясли		57,5	44,606	171,39	1429,81
----------------------	--	------	--------	--------	---------