



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

**МЕНЮ
6 ДЕНЬ**

«10» 05 20 23 г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Углевод ы	Калории
1	Каша жидкая рисовая на сгущенном молоке с маслом сливочным	160	4,77	5,19	41,77	231,8
2	Чай с лимоном	150\47	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	Кисломолочный напиток	135	3,91	3,38	5,67	68,4
2	Кондитерские изделия	18	2,16	1,08	15,95	95,12

ОБЕД

1	Суп картофельный с бобовыми с йодированной солью	150	3,33	3,16	9,79	141
2	Омлет с картофелем (запеченный)	150	13,27	23,75	2,66	277
3	Кисель из кураги + вит С	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	40	0,63	2,05	4,84	40,27

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

1	Макаронник с мясом или печенью	110	10,24	7,29	24,05	202,73
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	120	1,38	0,46	25,8	103,05

	Итого за шестой день ясли		52,02	60,47	221,54	1624,81
--	---------------------------	--	-------	-------	--------	---------