



Утверждаю:  
Климина Л.Н.  
июня 2023 г.

## МЕНЮ 7 ДЕНЬ

« 11 » 07 20 / Г.

### ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход д/с	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая ячневая молочная с маслом сливочным	200	4,18	2,04	18,0	106,48
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
3	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
4	Сыр	16	3,68	4,64	0	57,6

### 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	180	6,19	7,85	10,32	120,4
2	Котлеты « Сочные»	62	17,2	7,3	3,2	6,2
3	Рис отварной	100	2,44	3,58	24,45	186,2
4	Соус сметанный с луком	30	0,7	2,5	2,8	37,5
5	Компот из свежих яблок + вит С	180	0,014	0,14	21,49	87,84
6	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,33
7	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3
8	Салат овощной /овощи свежие/икра овощная	60	0,95	3,07	7,26	60,4

### УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

1	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	137,5
2	Зразы рыбные с яйцом с соусом № 347	80\30	10,95	6,37	13,2	153,61
3	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	6,3	91,2
4	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,56	42,02
5	Фрукт	120	1,38	0,46	25,8	103,05

	Итого за седьмой день сад	68,304	51,83	247,5	1637,84
--	---------------------------	--------	-------	-------	---------