

Утверждаю:
 Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань
 Климина Л.Н.
 Приказ № 8/2 от «28» февраля 2023 г



**МЕНЮ
8 ДЕНЬ**

«12» 07 20 23г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Суп молочный с макаронными изделиями с м.слив	160	4,6	4,17	15,08	116,2
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	Сгущенное молоко (цельное и с сахаром) или сгущёно-варёное молоко	10	0,72	0,85	5,55	32,8

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 крупой на мясном бульоне с йодиров. солью	150	5,16	6,54	8,6	100,33
2	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,74	4,05	25,75	162,5
3	Котлеты рубленые	50	7,77	5,89	8,03	115,83
4	Соус сметанный с томатом и луком	30	0,14	5	5,86	74,1
5	Кисель из свежих (свежезамороженных ягод) +вит.С	150	0,13	0	24,15	97,92
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	0,63	2,05	4,84	40,27

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

1	Запеканка из творога	140	24,86	16,94	25,7	354,3
2	Повидло	10	0,05	0	9,16	34,7
3	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70
4	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
5	Фрукт свежий	100	0,92	0,3	17,2	68,7

	Итого за восьмой день ясли		68,35	56,81	230,81	1703,84
--	----------------------------	--	-------	-------	--------	---------