

Утверждаю:
 Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань
 Аттаев И.Б.
 Приказ № 199/6 от « 31 » августа 2023 г.

МЕНЮ
 6 ДЕНЬ

« 27 » 11 20 23 Г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Угледо ды	Калории
1	Каша жидкая рисовая молочная на сгущенном молоке с маслом сливочным	160	4,77	5,19	41,77	231,8
2	Чай с лимоном	150/4/7	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

Ка с крупой гороховой

1	Суп с рыбными консервами	150	5,16	5,64	8,6	100,35
2	Запеканка картофельная с мясом или печенью	100	6,2	3,79	15,76	124,85
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

Омлет с картофелем - Мура с гороховой

1	Омлет с картофелем (запеченный)	150	12,75	11,25	17,63	273,52
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	49,29	46,95	227,03	1502,8
---------------------------	-------	-------	--------	--------