

Утверждаю:  
 Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань  
 Агтаев И.Б.  
 Приказ № 179/6 от « 30 » августа 2023 г.

МЕНЮ  
 6 ДЕНЬ

« 30 » 10 2023 Г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Углевод ы	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\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	<del>Суп с рыбными консервами</del> <i>Чаша с крупой горбушей</i>	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

1	<del>Омлет с картофелем (запеченный)</del> <i>Пирог с горбушей</i>	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	<del>Фрукт свежий</del>	120	1,38	0,46	25,8	103,05

Итого за шестой день ясли			49,29	46,95	227,03	1502,8
---------------------------	--	--	-------	-------	--------	--------