

Утверждаю:  
Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань  
Аттаев И.Б.  
Приказ № 119/6 от «31» августа 2023 г.

**МЕНЮ  
8 ДЕНЬ**

«13» 12 2023 г.

**ЗАВТРАК**

№	Наименование блюда	Выход д/с	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,18	4,69	16,96	130,7
2	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
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	150	4,35	3,75	6,3	76
2	Кондитерские изделия	18	2,16	1,08	15,95	95,12

**ОБЕД**

1	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной с йодиров. солью	180	1,44	3,68	12,19	87,84
2	Гороховое пюре	120	12,45	5,8	31,2	219,72
3	Котлеты рубленые	80	12,44	9,24	12,56	183
4	Кисель из свежих (свежемороженых ягод) +вит.С	180	0,16	0,07	24,15	97,92
5	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,33
6	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3
7	Салат овощной /овощи свежие/икра овощная	60	0,95	3,07	7,26	60,4

**УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК**

1	Запеканка из творога	180	31,96	21,78	33,04	455,52
2	Повидло	10	0,05	0	9,16	34,7
3	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
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 сад	86,63	61	263,35	1947,09
--	---------------------------	-------	----	--------	---------