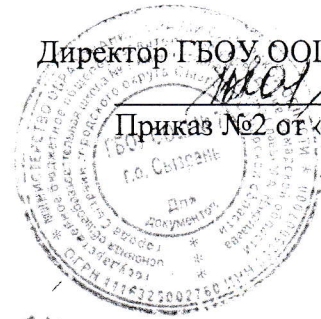


Утверждаю:
Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань
Аттаев И.Б.
Приказ №2 от «10» января 2024 г.



**МЕНЮ
1 ДЕНЬ**

«22» 01 2024 Г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход д/с	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая манная на сгущенном молоке с маслом сливочным	200	5,97	6,49	51,83	289,76
2	Чай с лимоном	180/8/10	2,67	2,34	14,31	89
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	Сок (нектар) витаминизированный	200	0	0	22	90
2	Кондитерские изделия	18	2,16	1,08	15,95	95,12

ОБЕД

1	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной с йодированной солью	180	2,66	2,77	10,46	85,14
2	Картофельное пюре	110	2,24	3,52	14,95	100,83
3	Тефтели рыбные тушеные в соусе № 354	120\30	7,73	6,31	16	181,5
4	Кисель из кураги + вит С	180	0,8	0,05	25,73	106,56
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	Сельдь соленая с луком	30	4,25	2,13	0	36

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

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	Фрукт свежий	100	0,92	0,3	17,2	78,7

	Итого за 1 день д/с	48,53	43,58	274,9	1668,08
--	---------------------	-------	-------	-------	---------