



Утверждаю:  
Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань  
Атгаев И.Б.

Приказ №2 от «10» января 2024 г.

## МЕНЮ 8 ДЕНЬ

«31» 01 2024 Г.

### 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	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной с йодиров. солью	150	1,2	3,07	10,16	73,2
2	Гороховое пюре	100	10,38	4,84	26	183,1
3	Котлеты (полуфабрикат)	62	17,2	7,36	3,2	186,2
4	Кисель из свежих (свежезамороженных ягод) +вит.С	150	0,13	0,06	20,12	85
5	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	46,7
6	Хлеб ржаной	36	1,78	0,32	9,02	46,8
7	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	33,33
4	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
	Фрукт свежий	100	0,92	0,3	17,2	68,7

	Итого за восьмой день ясли	78	49,64	215,48	1623,86
--	----------------------------	----	-------	--------	---------