

Утверждаю:
Директор ГБОУ ООШ №7 г.о. Сызрань
Аттаев И.Б.
Приказ № 25 от « 29 » февраля 2024 г.

МЕНЮ
2 ДЕНЬ

« 02 » 04 20 24 Г.

ЗАВТРАК

| № | Наименование блюда | Выход ясли | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---|---|---------------|-------|------|----------|---------|
| 1 | Каша жидкая пшено-рисовая молочная с маслом сливочным | 160 | 5,33 | 6,93 | 16,9 | 106,8 |
| 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 | Сыр | 10 | 2,53 | 3,19 | 0 | 39,6 |

2 ЗАВТРАК

| | | | | | | |
|---|-----------------------|-----|------|------|------|------|
| 1 | Кисломолочный напиток | 135 | 3,91 | 3,38 | 5,67 | 68,4 |
|---|-----------------------|-----|------|------|------|------|

ОБЕД

| | | | | | | |
|---|---|-----|------|------|-------|-------|
| 1 | Суп картофельный с клёцками с йодированной солью на курином бульоне | 150 | 1,24 | 1,86 | 7,54 | 51,9 |
| 2 | Макаронные изделия отварные | 100 | 4,9 | 5,51 | 28,47 | 250 |
| 3 | Котлеты куриные | 60 | 11,5 | 2,6 | 8,1 | 101,1 |
| 4 | Кисель из свежих (свежезамороженных ягод) +вит.С | 150 | 0,13 | 0,06 | 23,13 | 52 |
| 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 | Ватрушка с творогом | 140 | 18,43 | 10,96 | 58,33 | 304,11 |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,34 | 2 | 10,63 | 70 |
| 3 | Фрукт свежий | 120 | 1,38 | 0,46 | 25,8 | 103,05 |

| | | | | | | |
|--|----------------------|--|-------|-------|--------|---------|
| | Итого за 2 день ясли | | 60,03 | 42,39 | 228,36 | 1404,75 |
|--|----------------------|--|-------|-------|--------|---------|