



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

**МЕНЮ  
7 ДЕНЬ**

« 30 » 04 20 24 Г.

**ЗАВТРАК**

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая ячневая молочная с маслом сливочным	160	4,01	2,06	25,19	135
2	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70
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 макаронными изделиями с йодированной солью на курином бульоне	150	5,16	6,54	8,6	99,75
2	Плов из птицы	100	16,96	23,79	3,92	170
3	Компот из свежих яблок + вит С	150	0,12	0,12	17,91	73,2
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	Суфле куриное с рисом	130	13,3	22,19	5,88	324,38
2	Сок (нектар) витаминизированный	200	0	0	22	90
3	Батон нарезной	30	1,19	0,15	7,27	35,02
4	Фрукт свежий	100	0,92	0,3	17,2	68,7

	Итого за седьмой день сад	55,63	66,44	155,1	1342,84	
--	---------------------------	-------	-------	-------	---------	--