



Утверждаю
Директор ГБОУ ООИ №7 г.о. Сызр
Аттаев И
Приказ № 25 от « 29 » февраля 2024

МЕНЮ
7 ДЕНЬ

« 3 » 12 2024 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
---------------------------	--	-------	-------	-------	---------