


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



**МЕНЮ
2 ДЕНЬ**

«10» 12 2024 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
----------------------	--	-------	-------	--------	---------