



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

МЕНЮ
5 ДЕНЬ

« 13 » 12 20 24 Г.

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Выход ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша жидкая пшеничная молочная с маслом сливочным	160	4,24	3,3	25,27	150,2
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	Сгущенное молоко (цельное и с сахаром) или сгущено- 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	Суп картофельный с гренками на мясном бульоне с йодированной солью	180\20	1,368	16,43	11,98	72,9
2	Тефтели мясные I вариант с соусом №356	80\80	6,89	4,86	30,9	195
3	Гороховле пюре	100	10,38	4,84	26	183,1
4	Компот из с/ф. + вит. С	150	0,33	0,01	20,83	85
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	Пирожок печенный картофельный с луком	150	12,9	8,55	54,45	369
2	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	8,32	33,33
3	Яйцо	40	4,8	4	0,3	56,6
4	Фрукт свежий	100	0,92	0,3	17,2	68,7

Итого за пятый день ясли	54,608	52,136	254,18	1602,24
--------------------------	--------	--------	--------	---------