



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ГБОУ ООШ № 23 г. Сызрани

А. М. Мерс

Меню на " 10 " июль 2022г

Наименование блюда	выход		стоимость		ккал
	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак					
каша молочная дружба	180	200	8,61	9,71	203,4/210,5
какао на молоке	150	200	2,37	3,98	64,5/96,81
бутерброд с повидлом	46	30	2,53	3,92	26,7/53,8
Итого:			13,51	17,61	
Второй завтрак					
кисломолочный продукт	60	80	3,06	4,08	67,5/89,8
Обед					
борщ со сметаной с мясом	200	250	18,70	26,53	115/234
свежий помидор порционно	40	50	3,60	5,76	30,6/34
мясная тефтеля	60	80	34,68	50,94	142/239,7
капуста тушеная	110	160	8,81	13,18	122,6/175,1
компот из сухофруктов	150	200	2,12	4,48	72,5/145
хлеб пшеничный	30	38	1,59	2,01	46,86/64,1
хлеб ржаной	35	44	1,44	1,80	52/87
Итого:			40,98	102,70	
Уплотненный полдник					
вагрушка с творогом	100	110	11,70	12,56	146,2/287,3
кисель	150	200	3,01	4,47	15,6/33
фрукт <u>яблоко</u>	156	156	14,04	14,04	84/112
Итого:			28,79	31,07	
Итого за день:			116,34	155,46	
Старшая м/с					
Бухгалтер					