

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

Сорокина М.А. Сорокина

| Меню на 06.10.2025                                     |           |           |                       |
|--|-----------|-----------|-----------------------|
| 1 день 2 недели  | Выход     |           | Ккал                  |
| <b>Завтрак</b> Каша пшенная молочная, вязкая           | 150       | 200       | 114,19/152,26         |
| Чай с сахаром  | 150       | 180       | 42/50,4               |
| Бутерброд с маслом                                     | 35/5      | 35/5      | 136/136               |
| <b>2 завтрак</b>                                       |           |           |                       |
| Сок фруктовый или овощной. Печенье                     | 200<br>10 | 200<br>20 | 92/92,68,25/136,5     |
| <b>Обед</b> Салат овощной с яблоками и свеклой         | 30        | 50        | 10,68/17,8            |
| Суп с рыбными консервами                               | 150       | 200       | 102,75/137            |
| Печень говяжья по-строгановски                         | 60        | 80        | 150,4/200,5           |
| Макароны отварные                                      | 120       | 150       | 175/218,75            |
| Компот из сухофруктов (кураги)<br>(витаминизированный) | 150       | 200       | 80,6/<br>107,44       |
| Хлеб пшеничный и ржаной                                | 25/35     | 30/40     | 57,5/69,<br>59,1/67,6 |
| <b>Уплотненный полдник</b>                             |           |           |                       |
| Ватрушка с повидлом                                    | 130       | 150       | 405,7/468,1           |
| Какао с молоком  | 180       | 200       | 107/118,8             |
| Фрукт. Банан   | 95        | 100       | 84,5/88,9             |

Руководитель СП «Детский сад «29» ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

Карпова Е.С.