




директор ГБОУ СОШ №5

г. Сызрани

М.А. Сорокина

Меню на <u>10.10.2022</u>			
1 день 2 недели	Выход		Ккал
<b>Завтрак</b> Каша пшеничная молочная, вязкая	150	200	114/19,152/26
Чай с сахаром	180	180	50,4/50,4
Бутерброд с маслом	35/5	35/5	136/136
<b>2завтрак</b> Сок фруктовый или овощной/печенье	200/10	200/20	92/30,05,92/60,1
<b>Обед</b> Салат овощной с яблоками и свеклой	30	50	10,68/17,8
Суп с рыбными консервами	150	200	100,35/133,8
Печень гов. По-строгановски, макаронны отварн.	60/120	80/150	150,4/161,6 200,5/202
Компот из сухофруктов (кураги)	150	200	80,6/107,44
Хлеб пшеничный и ржаной	20/30	40/ 50	46/50,7 94/84,5
<b>Уплотненный полдник</b>			
Ватрушка с творогом	130	150	428,1/494
Какао с молоком	180	200	107/118,8

заведующий СП «Детский сад №29» ГБОУ СОШ №5 г. Сызрань  Е.С. Карпов

Т.А. Болдрова