




директор ГБОУ СОШ №5  
г. Сызрани  
М.А. Сорокина

Меню на 12.01.2023

4 день 2 недели	Выход		Ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша пшеничная молочная	150	200	151,94/199/59
Кофейный напиток с молоком	150	180	75,8/91
Бутерброд с повидлом	30/20	30/20	85,08/85,08
<b>2 завтрак</b>			
Кефир вафля	100	100/30	50,50/162,75
<b>Обед</b> Салат из моркови	40	50	19,4/24,25
Суп фасолевый	150	200	79,95/106/6
Макаронник с мясом или печенью	130	150	243,5/280,9
Компот из свежих плодов	150	200	68,1/90,8
Хлеб пшеничный и ржаной	30/40	40/50	60/67,6 94/84,5
<b>Уплотненный полдник</b>			
Пирожок печеный с капустой	130	150	323,8/373,7
Кисель из плодов или ягод свежих	180	200	99,72/110,77

заведующий СП «Детский сад №29» ГБОУ СОШ №5 г. Сызрань  Е.С. Карпо  
заведующий СП «Детский сад №29» ГБОУ СОШ №5 г. Сызрань Т.А. Болдр