

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

Сорокина М.А. Сорокина



Меню на 12.02.2025			
3 день 1 недели	Выход		Ккал
Завтрак			
Каша ячневая вязкая с сахаром и маслом	150	200	144,37/ 179,04
Кофейный напиток с молоком	180	180	91/91
Бутерброд с маслом и сыром	25/5/1 0	30/5/1 5	120/150
2 завтрак	100	100	50/50
Кефир			
Обед Винегрет овощной	40	50	37,9/47,4
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	77,25/103
Пирог с куриным мясом и свежей капустой	150	180	455,79/ 546,94
Компот из сухофруктов (кураги) (витаминизированный)	150	200	80,6/107,44
Хлеб ржаной	35	40	59,1/67,6
Уплотненный полдник			
Картофельное пюре.	120/50	150/70	116/145,
Котлеты рыбные (минтай)			57,9/81,06
Хлеб пшеничный	25	30	57,5/69
Чай с сахаром	150	180	42/50,4
Фрукт (яблоко)	95	100	61,4/64,6

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

Калорийность