

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

Сорокина М.А. Сорокина

Меню на 13.10.2025			
1 день 1 недели	Выход		Ккал
Завтрак Каша «Дружба» молочная	150	200	167,37/223,16
Чай с сахаром	150	180	42/50,4
Бутерброд с повидлом	30/ 20	30/20	130,8
2 завтрак Кефир. Печенье	100 20	100/2 0	50/50, 136,5/136,5
Обед Салат из зеленого горошка с луком репчатым	30	50	33,5/55,8
Борщ вегетарианский (мелкошинкованный) со сметаной	150	200	71,55/95,4
Шницель из говядины	60	80	181,04/ 241,3
Каша гречневая рассыпчатая	120	150	242,4/ 303,0
Соус томатный	10	30	7,5/22,5
Компот из сухофруктов (кураги) (витаминизированный)	150	200	80,6/ 107,44
Хлеб пшеничный и ржаной	25/35	30/40	57,5/69, 59,1/67,6
Уплотненный полдник			
Пудинг из творога (со сгущенным молоком)	120/30	150/3 0	372/446,4
Кофейный напиток с молоком	180	200	91/93,3
Фрукт (яблоко)	95	100	61,4/64,6

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

Карпова Е.С.