

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

Сорокина М.А. Сорокина

Меню на 16.12.2025			
2 день 2 недели	Выход		Ккал
Завтрак			
Каша гречневая молочная жидкая	150	200	166,8/222,4
Кофейный напиток с молоком	180	180	91/91
Бутерброд с маслом и сыром	25/5/10	30/5/15	120/150
2 завтрак			
Кисломолочный продукт/ вафля	100/30	100/30	50/50, 75/75
Обед Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	40	50	48,2/60
Суп картофельный с клецками	150	200	70,5/94,06
Плов из птицы	150	180	285/342
Компот из свежих плодов (витаминизированный)	150	200	74,1/98,8
Хлеб ржаной	35	40	59,1/67,6
Уплотненный полдник			
Рыба тушеная с овощами	130	150	130/205,71
Хлеб пшеничный	25	30	57,5/69
Чай с лимоном	180	180	41/41
Фрукт. Яблоко	95	100	61,4/64,6

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

Карпова Е.С.