




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

Меню на <u>18.01.2023</u>			
3 день 1 недели	Выход		Ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша ячневая вязк с сахаром и маслом	150	200	134,2/179,04
Кофейн. нап. с молоком	180	180	91/91
Бутерброд с сыром	20/ 10	25/ 15	60/75
<b>2 завтрак</b>			
Кефир/вафля	100/30	100/30	212,75/ 212/75
<b>Обед</b> 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	130	150	419,5/455,79
Компот из свежих плодов	150	200	73/2,97/6
Хлеб ржаной	40	50	67,6/84,5
<b>Уплотненный полдник</b>			
Рыба тушеная с овощами	130	150	178,2/205/71
Чай с лимоном	180	200	41/45,5
Хлеб пшеничный	20	40	69/94

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