


УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

 М.А. Сорокина


Меню на 19.01.2024 г.			
5 день 1 недели	Выход		Ккал
Завтрак			
Каша вязкая молочная овсяная	150	200	139,5/186
Кофейный напиток с молоком	180	180	91/917
Бутерброд с сыром	25/5/10	30/5/15	60/75
2 завтрак			
Ряженка. Вафля	100	100/30	50/50
Обед Салат из картофеля с солеными огурцами	40	55	34,64.47,63
Суп картофельный с гренками	150	200	60,75/81
Рулет мясной с луком и яйцом	60/110	80/130	145,9/110
Свекла тушеная в сметане			,194,6/130
Компот из сухофруктов (кураги)	150	200	80,6/107,44
Хлеб ржаной	30	50	50,7/84,5
Уплотненный полдник			
Картофель отварной в молоке	130	150	203,21/234,3
Чай с лимоном	180	180	41,45/5
Хлеб пшеничный	25	30	45/69
Фрукт (яблоко)	95	100	61,4/64,6

Заведующий СП «Детский сад № 29» ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани  Карпова Е.С.

Калькулятор СП «Детский сад № 29» ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани  Талько Г.В.