




директор ГБОУ СОШ №5

г. Сызрани  
М.А. Сорокина

Меню на \_\_\_\_ 19.12.12022 \_\_\_\_\_

| 1 день 2 недели                                      | Выход  |           | Ккал                     |
|--|--------|-----------|--------------------------|
|  |        |           |                          |
| <b>Завтрак</b> Каша пшенная<br>молочная,вазкая       | 150    | 200       | 114/19,152/26            |
| Чай с сахаром  | 180    | 180       | 50,4/50,4                |
| Бутерброд с маслом                                   | 35/5   | 35/5      | 136/136                  |
| <b>2завтрак</b> Сок фруктовый или<br>овощной/печенье | 200/10 | 200/20    | 92/30,05,92/60,1         |
| <b>Обед</b> Салат овощной с яблоками и<br>свеклой    | 30     | 50        | 10,68/17,8               |
| Суп с рыбными консервами                             | 150    | 200       | 100,35/133,8             |
| Печень гов. По-<br>строгановски,макароны отварн.     | 60/120 | 80/150    | 150,4/161,6<br>200,5/202 |
| Компот из сухофруктов ( кураги)                      | 150    | 200       | 80,6/107,44              |
| Хлеб пшеничный и ржаной                              | 20/30  | 40/<br>50 | 46/50,7 94/84,5          |
| <b>Уплотненный полдник</b>                           |        |           |                          |
| Ватрушка с творогом                                  | 130    | 150       | 428,1/494                |
| Какао с молоком                                      | 180    | 200       | 107/118,8                |

заведующий СП «Детский сад №29» ГБОУ СОШ №5 г. Сызрань  Е.С. Карпо

Т.А. Болдр