

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

*Сорокина* М.А. Сорокина

Меню на 21.10.2024			
1 день 2 недели	Выход		Ккал
<b>Завтрак</b> Каша пшенная молочная, вязкая	150	200	114,19/152,26
Чай с сахаром	150	180	42/50,4
Бутерброд с маслом	35/5	35/5	136/136
<b>2 завтрак</b>			
Сок фруктовый или овощной. Печенье	200 10	200 20	92/92,68,25/136, 5
<b>Обед</b> Салат овощной с яблоками и свеклой	30	50	10,68/17,8
Суп с рыбными консервами	150	200	102,75/137
Печень говяжья по-строгановски	60	80	150,4/200,5
Макароны отварные	120	150	175/218,75
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
<b>Уплотненный полдник</b>			
Ватрушка с повидлом	130	150	405,7/468,1
Какао с молоком	180	200	107/118,8

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

*Карпова* Е.С.