




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

Меню на <u>29.09.2022</u>			
4 день 1 недели	Выход		ккал
Завтрак			
Каша манная молочная	150	200	161,2/215
Бутерброд с маслом	35/5	35/5	60/75
Какао с молоком	180	180	107/107
2 завтрак			
Ряженка	100	100	50/50
Печенье	10	20	30,05/60,1
Обед			
Овощи натуральные соленые и свежие	30	50	4,2/7
Борщ с капустой и картофелем	150	200	63,9/85,2
Гуляш из говядины	60	80	141,6/188,9
Каша гречневая рассыпчатая	110	130	210,2/262,7
Компот из сухофруктов	150	200	68,1/90,8
Хлеб пшеничный и ржаной	30/40	40/50	69/94,67,6/84,5
Уплотненный полдник			
Драчена	150	150	282,35/282,35
Кисель из плодов или ягод свежих	180	200	99,72/110,77
Фрукт	95	100	41,8/44

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