



Утверждено  
директор ГБОУ СОШ №5  
г. Сызрани

М.А. Сорокина

Меню на 31.01.2023

1 день 1 недели	Выход		Ккал
<b>Завтрак</b> Каша «Дружба» молочная	150	200	167/37,223/16
Чай с сахаром	150	180	42/50,4
Бутерброд с повидлом	30/20	30/20	85/08,85/08
<b>2 завтрак</b>			
Кефир	100	100	50/50
<b>Обед</b> Салат из зеленого горошка с луком репчатым	30	50	33,5/55/8
Борщ вегетарианский (мелкошинкованный) со сметаной	150	200	71/55,95/04
Шницель из говядины	60	80	181/04,241,3
Каша гречневая рассыпчатая	110	130	192/8,227/8
Соус томатный	10	30	7,5/22,5
Компот из сухофруктов (кураги)	150	200	80/6,107/44
Хлеб пшеничный и ржаной	20/30	40/50	46/507,94/84,5
<b>Уплотненный полдник</b>			
Пудинг из творога со сгущенным молоком	150	150	372/372
заведующий СП «Детский сад №29» ГБОУ СОШ №5 г. Сызрань			Е.С. Карпова
заведующий СП «Детский сад №29» ГБОУ СОШ №5 г. Сызрань			Т.А. Болгому