

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

 М.А. Сорокина


Меню на 30.01.2024 г.			
2 день 1 недели	Выход		Ккал
Завтрак			
Каша манная молочная	150	200	161/2,215
Какао с молоком	180	180	107/107
Бутерброд с маслом	35/5	35/5	136/136
2 завтрак			
Сок фруктовый или овощной. Вафля	200/30	200/30	92/92
Обед Салат из свеклы	40	50	37,5/46,8
Рассольник ленинградский (со сметаной)	150	200	87,08/116/11
Жаркое по- домашнему	120	150	209/9,242/3
Компот из свежих плодов	150	200	68,1/90,8
Хлеб ржаной	30/40	40/50	69/67,6,94/84,5
Уплотненный полдник			
Омлет натуральный	150	180	371/51,482/25
Хлеб пшеничный	25	30	79/87,7
Кисель из плодов или ягод свежих	180	200	99,72/110,77
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.