

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

Сорокина М.А. Сорокина

Меню на 31.01.2025			
5 день 1 недели	Выход		Ккал
Завтрак			
Каша вязкая молочная овсяная	150	200	214,3/285,8
Кофейный напиток с молоком	180	180	91/91
Бутерброд с маслом и сыром	25/5/10	30/5/15	120/150
2 завтрак			
Ряженка/ вафля	100/-	100/30	50/50,75
Обед Салат из капусты белокочанной и свеклы	30	50	27,6/46,0
Суп картофельный с фасолью	150	200	96,5/128,6
Рагу из овощей	120	150	107,3/134,2
Котлеты «Особые» (полуфабрикат)	62	62	108,5/108,5
Компот из сухофруктов (кураги) (витаминизированный)	150	200	80,6/107,44
Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	35/25	40/30	57,5/69, 59,1/67,6
Уплотненный полдник			
Запеканка из творога с морковью (со сгущ. молоком)	140	180	447,8/575,7
Чай с лимоном	180	180	41/41
Фрукт. Яблоко	95	100	61,4/64,6

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

Карпова Е.С.