





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

Меню на 8.07.2022			
5 день 1 недели	Выход		Ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша гречневая молочная жидкая	150	200	166,75/222,4
Кофейный напиток с молоком	180	180	91/91
Бутерброд с сыром	20/10	25/15	136/136
<b>2 завтрак</b>			
Сок/вафля	200	200/30	92,92/162,75
<b>Обед</b> Салат летний	40	60	
Рассольник ленинградский (со сметаной)	150	200	87,08/116,11
Рулет (мясной) с луком яйцом	130	150	316,22/364,8 6
Компот из сухофруктов (кураги)	150	200	80,6/107,44
Хлеб пшеничный и ржаной	30/40	40/50	69/94,67,6/8 4,5
<b>Уплотненный полдник</b>			
Рис отварной с овощами	140	150	171,5/183/7 5
Напиток из плодов шиповника	180	200	79/87,7

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