


 Утверждаю
 директор ТБОУ СОШ №5
 г. Сызрани
 М.А. Серокина

| Пятница 13.01 2023 | Выход блюд | | Калорийность | |
|---|------------|-----|--------------|---------|
| | Ясли | Сад | Ясли | Сад |
| Завтрак | | | | |
| Каша вязкая перловая на молоке | 150 | 200 | 191,06 | 253,66 |
| Какао с молоком | 150 | 180 | 89 | 107 |
| Бутерброд с маслом | 35 | 45 | 186,57 | 242,570 |
| 2 Завтрак | | | | |
| Чай с сахаром | 150 | 180 | 28,28 | 40,42 |
| Вафли | 25 | 35 | 93,25 | 130,55 |
| Обед | | | | |
| Салат из свежих помидоров и огурцов с луком | 40 | 60 | 31,64 | 47,46 |
| Борщ на овощном бульоне со сметаной | 150 | 180 | 67,68 | 90,24 |
| Котлеты рыбные с овощами запеченные (минтай) | 130 | 150 | 217,5 | 261 |
| Компот из сухофруктов и мандаринов | 150 | 180 | 85,6 | 96,93 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 30 | 65,06 | 74,37 |
| Хлеб ржаной | 35 | 40 | 125,4 | 139,54 |
| Уплотненный полдник | | | | |
| Салат из зеленого горошка консервированного с луком | 40 | 60 | 35,14 | 52,71 |
| Пюре картофельное с морковью | 90 | 90 | 61,41 | 61,41 |
| Батон | 25 | 30 | 65,5 | 78,6 |
| Чай с сахаром | 150 | 180 | 28,28 | 40,42 |

Ст.медсестра М.А. Полле

Заведующий Л.В. Крайнова

Handwritten signature