

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

« _____ » _____ 2024 год

МЕНЮ на «19» 09



Наименование	Выход порции		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак:						
Суп гречневый молочный	165	200	15 ⁰⁴	16 ⁰⁸	219	229
Кофейный напиток с молоком	180	200	793	824	114	120
Бутерброд с сыром	20/10	25/15	583	7	82	108
Стоимость завтрака:			28 ⁸⁰	32 ⁰³	415	457
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	156	156	10 ⁶³	10 ⁸²	95	95
Печенье/Вафли	17	17	400	400	72	72
Стоимость второго завтрака:			14 ⁶³	14 ⁸²	167	167
Обед:						
Салат из свежих огурцов	30	45	6 ³⁰	10 ³²	20	35
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	200	15 ⁶⁵	17 ³²	184	198
Котлеты или биточки рыбные запеченные	45	65	15 ⁶⁵	17 ⁰⁹	66	92
Рис отварной	105	115	5 ³²	8 ²⁴	46	52
Соус томатный с овощами	150	200	291	379	42	52
Компот из сушеных фруктов	24	27	15 ⁶	17 ⁹	56	65
Хлеб пшеничный	25	31	1	17 ⁴	50	64
Хлеб ржаной						
Стоимость обеда:			49 ⁴⁶	57 ¹⁰	589	732
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Винегрет овощной	85	105	6 ⁷²	7 ³¹	100	89
Ватрушка из дрожжевого теста с повидлом	120	145/142	15 ⁰⁰	16 ²⁴	334	432
Чай с сахаром	150/10	200/10	1 ⁰⁰	1 ⁰⁰	44	45
Фрукт свежий	194	194	20	20	81	91
Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:			43 ⁷⁰	45 ¹⁵	559	657
Стоимость дня:			135 ⁹⁹	149 ¹⁰	1710	2013

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани