

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ ООШ № 23 г. Сызрани

А. М. Мерс

4 Меню на " 2 " октября 2025г

Наименование блюда	ВЫХОД		ккал
	ясли	сад	ясли/сад
Завтрак			
каша молочная ячневая	185	205	115,9/128,8
коф напиток с молоком	150	200	36,3/72,67
батон с сыром	<u>16,15</u>	<u>20/9</u>	62,1/124,3
Итого:			
Второй завтрак			
Сок фруктовый	<u>100</u>	<u>100</u>	68,7/68,7
Обед			
Суп домашний на к/б с яйцом	200	250	219,6/274,5
Свежий огурец порционно	<u>18</u>	<u>18</u>	7/15
Плов из птицы	160	210	299/388,7
компот из свежих яблок	150	200	67,5/85,4
хлеб пшеничный	<u>30</u>	<u>37</u>	46,86/64,1
Хлеб ржаной	<u>30</u>	<u>41</u>	52,0/87,0
Итого:			
Уплотненный полдник			
Суп молочный с макаронными изделиями	180	200	66,42/73,8
хлеб пшеничный	<u>30</u>	<u>30</u>	46,86/64,1
чай с сахаром	150	200	26,6/53,2
Итого:			
Итого за день:			
	Мед.сестра		
	Бухгалтер		