

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ ООШ № 23 г. Сызрани

Мерс

А. М. Мерс

9 Меню на " 9 " октябрь 2025г

Наименование блюда	ВЫХОД		ккал
	ясли	сад	ясли/сад
Завтрак			
каша молочная ячневая	185	205	115,9/128,8
кофейный напиток с молоком	150	200	36,3/72,67
батон с сыром	<i>16/5</i>	<i>18/8</i>	62,1/124,3
Итого:			
Второй завтрак			
Сок фруктовый	<i>101</i>	<i>101</i>	68,7/68,7
Обед			
борщ со сметаной с мясом	200	250	115/234
Помидор свежий порционно	10	10	30,6/34
гороховое пюре	120	150	74/148
суп картофельный <i>суп картофельный 4/90</i>	10 <i>53</i>	10 <i>83</i>	99,38/139,13
компот из свежих яблок	150	200	67,5/85,4
хлеб пшеничный	<i>30</i>	<i>35</i>	46,86/64,1
хлеб ржаной	<i>30</i>	<i>39</i>	52/87
Итого:			
Уплотненный полдник			
рыбные ежки в томатном соусе	70	85	130,3/153,3
хлеб пшеничный	<i>30</i>	<i>35</i>	46,86/64,1
чай с сахаром	150	200	26,6/53,2
Итого:			
Итого за день:			
	Мед.сестра <i>[подпись]</i>		
	Бухгалтер		