

Утверждено

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

Фомин В.А.

Меню 8 день

(от 3 до 7 лет)

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша перловая вязкая с маслом	200/4	6,88	7,49	45,82	251,02
2	Кофейный напиток с молоком	200	4,28	3,36	21,45	160,23
3	Хлеб пшеничный с осливочным маслом	30/7	3,52	4,62	8,9	97,8

Второй завтрак

1	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43,0
---	----------	-----	-----	-----	-----	------

Обед

1	Салат из свежих помидор	50	1,8	5,47	10,5	58,7
2	Суп с гречневой крупой с мясом	180/10	2,99	5,37	17,8	107,02
3	Котлета мясная	70	13,82	8,94	25,2	190,8
4	Гороховое пюре	130	2,35	5,1	21,20	105,03
5	Кисель	180	0,11	0,11	25,8	103,18
6	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	1,47	70,5
7	Хлеб ржаной	50	3,3	0,72	1,9	99,0

Уплотненный полдник

1	Картофель тушеный в молоке	200/5	4,5	5,46	16,2	176,6
2	Оладьи со сгущенным молоком	70,15	2,22	7,78	40,53	208,08
3	Ряженка	200	6,0	5,0	8,0	102,0
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	0,98	47,0

	Итого за восьмой день	1710	54,0	60,0	261,0	1800,0
--	-----------------------	------	------	------	-------	--------