

Утверждено:

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

Фомин В.А

Меню 2 день
(от 3 до 7 лет)

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход д/с	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша пшеничная с маслом	200/4	7,78	7,51	45,2	270,4
2	Кофейный напиток с молоком	200	4,28	3,36	21,45	160,23
3	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	30/8	4,52	4,62	8,9	97,8

Второй завтрак

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

Обед

1	Свекла тушеная	50	1,5	5,1	17,20	90,5
2	Рассольник со сметаной	180/15	3,15	10,91	23,32	176,01
3	Голубцы ленивые	200	10,83	10,52	35,68	200,07
4	Компот из свежих яблок	180	0,42	0,17	15,58	75,11
5	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	1,47	70,5
6	Хлеб ржаной	50	3,3	0,72	1,9	99,0

Уплотненный полдник

1	Гороховое пюре с маслом	200/5	3,1	5,7	25,4	119,6
2	Булочка столичная	70	5,82	5,79	48,02	252,18
3	Йогурт питьевой	200	5,6	5,0	7,8	98,6
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	0,98	47,0

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