

Утверждено:

руководитель ГБОУ СОШс. Троицкое

Фомин В.А.



Меню 1 день
(от 1,5 до 3 лет)

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша рисовая жидкая с маслом	150/4	3,42	5,26	27,17	157,67
2	Какао с молоком	180	1,67	1,78	18,7	106,31
3	Хлеб пшеничный с сыром	20\7	3,02	3,56	7,98	47,0

Второй завтрак

1	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42,0
---	--------	-----	-----	-----	-----	------

Обед

1	Салат из зеленого горошка	30	0,36	4,60	6,17	46,81
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	3,73	5,17	12,55	79,41
3	Котлеты рыбные	50	8,07	5,61	8,70	104,95
4	Картофельное пюре	110	2,4	5,28	16,77	103,62
5	Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,0	31,76	140,54
6	Хлеб ржаной	20	1,52	0,16	0,98	47,0
7	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	1,52	79,2

Уплотненный полдник

1	Каша гречневая с маслом	200/5	6,05	5,81	17,5	138,35
2	Ватрушка с творогом	50	2,48	2,93	35,37	170,74
3	Молоко кипяченое	150	4,5	4,8	7,05	89,4
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	0,98	47,0

	Итого за первый день	1420	42,0	47,0	203,0	1400,0
--	----------------------	------	------	------	-------	--------