

Утверждено:

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

 Фомин В.А.

Меню 5 день
(от 3 до 7 лет)



Завтрак

№	Наименование блюд	Выход д/с	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша манная жидкая с маслом	200/4	7,05	7,25	30,9	220,21
2	Кофейный напиток с молоком	200	4,28	3,36	21,45	160,23
3	Хлеб пшеничный со сливочным 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	Винегрет овощной	50	0,60	3,02	5,27	54,52
2	Суп с клецками	180	5,51	5,6	29,56	91,79
3	Жаркое по- домашнему	200	12,22	20,21	53,04	356,84
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	Пудинг творожный запеченный	200/5	3,9	7,0	37,1	225,2
2	Вафли	50	2,1	2,45	35,55	156,0
3	Кефир	200	6,4	5,0	68,8	106,0
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	0,98	47,0

	Итого за пятый день:	1710	54,0	60,0	261,0	1800,0
--	----------------------	------	------	------	-------	--------