

Утверждено:

Руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

Фомин В.А.



Меню 3 день
(от 1,5 до 3 лет)

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша «Геркулес» жидкая с маслом	150\4	3,67	4,60	24,41	139,9
2	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	7,88	31,92
3	Бутерброд с повидлом	20/10	2,8	4,5	6,9	100,3

Второй завтрак

1	Банан	100	1,5	0,1	21,8	89,0
---	-------	-----	-----	-----	------	------

Обед

1	Салат луковый	30	0,39	3,02	3,07	41,41
2	Суп картофельный с рыбными консервами «Сайра»	150/25	5,19	7,07	8,95	150,37
3	Вермишелевая запеканка с мясом	150/50	10,61	11,87	35,47	213,49
4	Компот из кураги +С витамин	150	0,7	0,98	37,0	100,98
5	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,19	0,98	47,0
6	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	1,52	79,0

Уплотненный полдник

1	Капуста тушеная в масле	200/5	1,67	7,09	15,2	72,77
2	Булочка сдобная	50	4,99	3,19	32,24	207,16
3	Кисломолочный напиток «Снежок»	150	4,8	3,75	6,6	79,5
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	0,98	47,0

	Итого за третий день	1410	42,0	47,0	203,0	1400,0
--	----------------------	------	------	------	-------	--------