

Утверждено:

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

Фомин В.А

Меню 3 день
(от 3 до 7 лет)

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход д/с	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша « Геркулес» жидкая с маслом	200/4	4,41	6,51	30,53	200,1
2	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,38	57,12
3	Бутерброд с повидлом	30/8	3,52	4,5	15,9	130,3

Второй завтрак

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

Обед

1	Салат луковый	50	0,60	5,35	5,27	54,52
2	Суп картофельный с рыбными консервами «Сайра»	180/30	6,2	10,27	12,95	150,97
3	Вермишелевая запеканка с мясом	200/60	15,82	14,36	47,54	309,65
4	Компот из кураги +С витаминизация	180	0,9	0,1	40,0	110,98
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	Капуста тушеная в масле	200/5	1,67	7,09	15,2	72,77
2	Булочка сдобная	70	5,88	5,6	48,28	302,09
3	Кисломолочный напиток «Снежок»	200	6,4	5,0	8,8	106,0
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	0,98	47,0

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