

Утверждено:

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

Фомин В.А.



Меню 4 день
(от 1,5 до 3 лет)

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша вязкая ячневая молочная с маслом	150\4	4,3	4,3	34,7	187,7
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 «Полевой»	30	0,39	4,17	3,4	41,45
2	Щи из свежей капусты с мясом	150/10	1,53	5,41	14,73	77,16
3	Гуляш из говядины	50	10,29	8,32	15,49	202,65
4	Рис припущенный	110	2,08	2,3	27,82	119,69
5	Кисель	150	0,08	0,03	20,8	85,18
6	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	0,98	47,0
7	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	1,32	79,0

Уплотненный полдник

1	Омлет натуральный	200/5	6,8	6,9	7,9	131,46
2	Оладьи со сгущенным молоком	50/10	1,26	5,28	33,40	136,7
3	Ряженка	150	4,5	3,75	5,0	76,5
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	0,98	47,0

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