

Утверждено

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

Фомин В.А.



Меню 6 день

(от 3 до 7 лет)

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша пшённая жидкая с маслом	200/4	7,5	9,2	6,54	208,84
2	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,38	57,12
3	Бутерброд с повидлом	30/10	3,52	4,5	15,9	130,3

Второй завтрак

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

Обед

1	Кабачковая икра	50	1,1	5,2	4,5	50,1
2	Суп гороховый с гречками	180/18	4,51	7,18	22,01	114,38
3	Рыба тушеная	70	11,32	10,32	21,58	182,05
4	Макаронные изделия отварные	130	2,31	4,4	28,05	97,82
5	Компот из смеси сухофруктов + С витамин	180	0,32	0,0	40,42	170,54
6	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	1,47	70,5
7	Хлеб ржаной	50	3,3	0,72	1,9	99,0

Уплотненный полдник

1	Запеканка рисовая	200/6	4,75	5,38	35,5	208,25
2	Пряники	50	4,47	7,6	45,7	176,5
3	Йогурт питьевой	200	5,6	5,0	7,8	98,6
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	0,98	47,0

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