

Утверждено:

Руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

\_\_\_\_\_ Фомин В.А.

**Меню 4 день**  
**(от 1,5 до 3 лет)**  
**3.10.2024г**

**Завтрак**

| № | Наименование блюд                        | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---|--|-------|-------|------|----------|---------|
| 1 | Каша вязкая ячневая<br>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<br>сыром                | 20\8  | 3,02  | 3,56 | 7,98     | 47,0    |

**Второй завтрак**

|   |     |     |     |     |     |      |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| 1 | Сок | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 42,0 |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|------|

**Обед**

|   |                                 |        |       |      |       |        |
|---|---------------------------------|--------|-------|------|-------|--------|
| 1 | Щи из свежей капусты с<br>мясом | 150/10 | 1,53  | 5,41 | 14,73 | 77,16  |
| 2 | Гуляш из говядины               | 50     | 10,29 | 8,32 | 15,49 | 202,65 |
| 3 | Рис припущенный                 | 110    | 2,08  | 2,3  | 27,82 | 119,69 |
| 4 | Кисель                          | 150    | 0,08  | 0,03 | 20,8  | 85,18  |
| 5 | Хлеб пшеничный                  | 20     | 1,52  | 0,16 | 0,98  | 47,0   |

**Уплотненный полдник**

|   |                                |       |      |      |       |        |
|---|--------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 1 | Омлет натуральный              | 200/5 | 6,8  | 6,9  | 7,9   | 131,46 |
| 2 | Оладьи со сгущенным<br>молоком | 50/10 | 1,26 | 5,28 | 33,40 | 136,7  |
| 3 | Чай с сахаром                  | 150   | 0,0  | 0,0  | 7,88  | 31,92  |

|  |                         |      |      |      |       |        |
|--|-------------------------|------|------|------|-------|--------|
|  | Итого за четвёртый день | 1350 | 42,0 | 47,0 | 203,0 | 1400,0 |
|--|-------------------------|------|------|------|-------|--------|

