

Утверждено
руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое
_____ Фомин В.А.

Меню 9 день
(от 3 до 7 лет)
19.12.2024г

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша манная жид с масл	200/4	7,05	7,25	30,9	220,21
2	Какао с молоком	200	2,75	3,2	20,37	139,81
3	Бутерброд с повидлом	30/10	3,52	4,5	15,9	130,3

Второй завтрак

1	Сок	150	1,5	0,1	21,8	89,0
---	-----	-----	-----	-----	------	------

Обед

1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180/35	6,8	8,67	36,27	146,25
2	Гуляш из говядины	70	10,29	10,32	25,49	248,75
3	Каша гречневая	130	4,49	5,48	28,99	161,24
4	Компот из с/фр	180	0,42	0,17	15,58	75,11
5	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	1,47	70,5

Уплотненный полдник

1	Макаронные изделия отварные с маслом	200/5	4,4	6,18	31,04	177,92
2	Оладьи со сгущенкой	70/15	2,22	7,78	40,53	208,08
3	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,38	57,12

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