

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

Меню 9 день
(от 1,5 до 3 лет)

30.01.2025г

Завтрак

| № | Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---|-----------------------------|-------|-------|------|----------|---------|
| 1 | Каша манная жидкая с маслом | 150/4 | 3,84 | 7,25 | 21,9 | 157,21 |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 1,67 | 1,78 | 18,7 | 106,31 |
| 3 | Бутерброд с повидлом | 20/10 | 2,8 | 4,5 | 6,9 | 100,3 |

Второй завтрак

| | | | | | | |
|---|-----|-----|-----|-----|------|------|
| 1 | Сок | 100 | 1,5 | 0,1 | 21,8 | 89,0 |
|---|-----|-----|-----|-----|------|------|

Обед

| | | | | | | |
|---|--|--------|-------|------|-------|--------|
| 1 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 150/30 | 3,17 | 5,27 | 22,1 | 80,53 |
| 2 | Гуляш из говядины | 50 | 10,29 | 8,32 | 15,49 | 202,65 |
| 3 | Каша гречневая | 110 | 2,31 | 3,49 | 16,57 | 121,24 |
| 4 | Компот из с/фр | 150 | 0,12 | 0,12 | 13,91 | 58,18 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 0,98 | 47,0 |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|---|--------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 1 | Макаронные изделия отварные с маслом | 200/5 | 4,4 | 6,18 | 31,04 | 177,92 |
| 2 | Оладьи со сгущенкой | 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 девятый день | 1385 | 42,0 | 47,0 | 203,0 | 1400,0 |
|--|-----------------------|------|------|------|-------|--------|

