

Утверждено  
руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

\_\_\_\_\_ Фомин В.А.

**Меню 10 день**  
**(от 1,5 до 3 лет)**

**31.01.2025г**

**Завтрак**

<b>№</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Калории</b>
1	Каша овсяная жидкая с маслом	150/4	4,17	6,58	31,94	132,13
2	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	7,88	31,92
3	Хлеб пшеничный с 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	Борщ	150	3,95	6,12	8,16	139,6
2	Плов с мясом	150/50	10,35	10,56	15,06	218,73
3	Компот из с/фр	150	0,7	0,98	37,0	100,98
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	0,98	47,0

**Уплотненный полдник**

1	Овощи тушеные с маслом	200\5	3,4	4,95	22,7	172,6
2	Булочка творожная	50	2,93	3,05	24,7	165,11
3	Йогурт	100	4,5	3,75	6,0	76,5

	Итого за десятый день	1340	42,0	47,0	203,0	1400,0
--	-----------------------	------	------	------	-------	--------

