

Утверждено:  
руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое  
\_\_\_\_\_ Фомин В.А

**Меню 3 день**  
**(от 3 до 7 лет)**  
**5.02.2025г**  
**Завтрак**

| № | Наименование блюд                   | Выход<br>д/с | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---|-------------------------------------|--------------|-------|------|----------|---------|
| 1 | Каша « Геркулес»<br>жидкая с маслом | 200/4        | 4,41  | 6,51 | 30,53    | 200,1   |
| 2 | Чай с сахаром                       | 200          | 0,0   | 0,0  | 10,38    | 57,12   |
| 3 | Бутерброд с повидлом                | 30/8         | 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<br>рыбными консервами<br>«Сайра» | 180/30 | 6,2   | 10,27 | 12,95 | 150,97 |
| 2 | Вермишелевая запеканка<br>с мясом                   | 200/60 | 15,82 | 14,36 | 47,54 | 309,65 |
| 3 | Компот из с/фр                                      | 180    | 0,9   | 0,1   | 40,0  | 110,98 |
| 4 | Хлеб пшеничный                                      | 30     | 2,28  | 0,24  | 1,47  | 70,5   |

**Уплотненный полдник**

|   |                                   |       |      |      |      |       |
|---|-----------------------------------|-------|------|------|------|-------|
| 1 | Капуста тушеная в масле           | 200/5 | 1,67 | 7,09 | 15,2 | 72,77 |
| 2 | Печенье                           | 40    | 2,25 | 6,8  | 48,8 | 240,1 |
| 3 | Кисломолочный напиток<br>«Снежок» | 100   | 6,4  | 5,0  | 8,8  | 106,0 |

|  |                      |      |      |      |       |        |
|--|----------------------|------|------|------|-------|--------|
|  | Итого за третий день | 1600 | 54,0 | 60,0 | 261,0 | 1800,0 |
|--|----------------------|------|------|------|-------|--------|

