

Утверждено
руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

_____ Фомин В.А.

**Меню 10 день
(от 1,5 до 3 лет)**

28.02.2025г

Завтрак

| № | Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|----------|------------------------------|--------------|--------------|-------------|-----------------|----------------|
| 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 |
|--|-----------------------|------|------|------|-------|--------|

