

Утверждено

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

_____Фомин В.А.

Меню 6 день

(от 3 до 7 лет)

10.03.2025г

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша пшённая жидкая с маслом	200/4	7,5	9,2	6,54	208,84
2	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,38	57,12
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 гороховый с гречками	180/18	4,51	7,18	22,01	114,38
2	Рыба тушеная	70	11,32	10,32	21,58	182,05
3	Макаронные изделия отварные	130	2,31	4,4	28,05	97,82
4	Компот из смеси сухофруктов	180	0,32	0,0	40,42	170,54
5	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	1,47	70,5

Уплотненный полдник

1	Каша рисовая молочная	200/6	4,75	5,38	35,5	208,25
2	Печенье	40	4,47	7,6	45,7	176,5
3	Кисель	200	0,11	0,11	25,8	103,18
4	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47

	Итого за шестой день	1600	54,4	60,4	270,8	1847,0
--	----------------------	------	------	------	-------	--------

