

Утверждено

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

\_\_\_\_\_Фомин В.А.

**Меню 6 день**

**(от 3 до 7 лет)**

**5.05.2025г**

**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 гренками    | 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 |
|--|----------------------|------|------|------|-------|--------|

