

Утверждено:

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

_____ Фомин В.А

Меню 1 день
(от 3 до 7 лет)

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша рисовая жидкая с маслом	200/4	3, 91	5,66	40,17	180,17
2	Какао с молоком	200	2,75	3,2	20,37	139,81
3	Хлеб пшеничный с сыром	30/9	4,52	4,0	13,98	90,5

Второй завтрак

1	Сок	150	0,4	0,4	9,8	42,0
---	-----	-----	-----	-----	-----	------

Обед

1	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	4,70	6,72	17,49	92,41
2	Котлета Мясная	62	10,0-13,0	9,0-17,0	18,7	180-220
3	Картофельное пюре	130	4,2	7,28	20,75	123,62
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 гречневая с маслом	200/5	6,05	5,81	17,5	138,35
2	Ватрушка с творогом	70	4,08	5,19	39,98	237,18
3	Кисель	200	0,11	0,11	25,8	103,18

	Итого за первый день	1632	54,0	60,0	261,0	1800,0
--	----------------------	------	------	------	-------	--------

