

Утверждено:

Руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

\_\_\_\_\_ Фомин В.А.

**Меню 1 день  
(от 1,5 до 3 лет)**

**29.09.2025г**

**Завтрак**

| № | Наименование блюд            | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---|------------------------------|-------|-------|------|----------|---------|
| 1 | Каша рисовая жидкая с маслом | 150/4 | 3,42  | 5,26 | 27,17    | 157,67  |
| 2 | Какао с молоком              | 180   | 1,67  | 1,78 | 18,7     | 106,31  |
| 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 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 3,73      | 5,17     | 12,55 | 79,41   |
| 2 | Котлета Мясная                           | 62  | 10,0-13,0 | 9,0-17,0 | 18,7  | 180-220 |
| 3 | Картофельное пюре                        | 110 | 2,4       | 5,28     | 16,77 | 103,62  |
| 4 | Компот из смеси сухофруктов              | 150 | 0,22      | 0,0      | 31,76 | 140,54  |
| 5 | Хлеб пшеничный                           | 20  | 1,52      | 0,16     | 0,98  | 47,0    |

**Уплотненный полдник**

|   |                         |       |       |      |       |        |
|---|-------------------------|-------|-------|------|-------|--------|
| 1 | Каша гречневая с маслом | 200/5 | 6,05  | 5,81 | 17,5  | 138,35 |
| 2 | Ватрушка с творогом     | 50    | 2,48  | 2,93 | 35,37 | 170,74 |
| 3 | Кисель                  | 150   | ,0,08 | 0,03 | 20,8  | 85,18  |

|  |                      |      |      |      |       |        |
|--|----------------------|------|------|------|-------|--------|
|  | Итого за первый день | 1342 | 42,0 | 47,0 | 203,0 | 1400,0 |
|--|----------------------|------|------|------|-------|--------|

