

Утверждено:

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

\_\_\_\_\_ Фомин В.А.

**Меню 5 день**

**(от 3 до 7 лет)**

**5.09.2025г**

**Завтрак**

| № | Наименование блюд                  | Выход<br>д/с | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---|------------------------------------|--------------|-------|------|----------|---------|
| 1 | Каша манная жидкая с маслом        | 200/4        | 7,05  | 7,25 | 30,9     | 220,21  |
| 2 | Кофейный напиток с молоком         | <b>200</b>   | 4,28  | 3,36 | 21,45    | 160,23  |
| 3 | Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 30/8         | 3,52  | 4,62 | 8,9      | 97,8    |

**Второй завтрак**

|   |     |     |     |     |     |      |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| 1 | Сок | 150 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 43,0 |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|------|

**Обед**

|   |                      |     |       |       |       |        |
|---|----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 1 | Суп с клецками       | 180 | 5,51  | 5,6   | 29,56 | 91,79  |
| 2 | Жаркое по- домашнему | 200 | 12,22 | 20,21 | 53,04 | 356,84 |
| 3 | Компот из с/фр       | 180 | 0,42  | 0,17  | 15,58 | 75,11  |
| 4 | Хлеб пшеничный       | 30  | 2,28  | 0,24  | 1,47  | 70,5   |

**Уплотненный полдник**

|   |                             |       |     |      |       |       |
|---|-----------------------------|-------|-----|------|-------|-------|
| 1 | Пудинг творожный запеченный | 200/5 | 3,9 | 7,0  | 37,1  | 225,2 |
| 2 | Вафли                       | 40    | 2,1 | 2,45 | 35,55 | 156,0 |
| 3 | Йогурт                      | 100   | 6,4 | 5,0  | 68,8  | 106,0 |
| 4 | Яблоко                      | 100   | 0,4 | 0,4  | 9,8   | 47    |

|  |                      |      |      |      |       |        |
|--|----------------------|------|------|------|-------|--------|
|  | Итого за пятый день: | 1710 | 54,4 | 60,4 | 270,8 | 1847,0 |
|--|----------------------|------|------|------|-------|--------|

