

Утверждено:

Руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

\_\_\_\_\_Фомин В.А.

**Меню 3 день  
(от 1,5 до 3 лет)**

**17.09.2025г**

**Завтрак**

| № | Наименование блюд                   | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---|-------------------------------------|-------|-------|------|----------|---------|
| 1 | Каша « Геркулес»<br>жидкая с маслом | 150\4 | 3,67  | 4,60 | 24,41    | 139,9   |
| 2 | Чай с сахаром                       | 180   | 0,0   | 0,0  | 7,88     | 31,92   |
| 3 | Бутерброд с повидлом                | 20/10 | 2,8   | 4,5  | 6,9      | 100,3   |

**Второй завтрак**

|   |     |     |     |     |      |      |
|---|-----|-----|-----|-----|------|------|
| 1 | Сок | 100 | 1,5 | 0,1 | 21,8 | 89,0 |
|---|-----|-----|-----|-----|------|------|

**Обед**

|   |                                                     |        |       |       |       |        |
|---|-----------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| 1 | Суп картофельный с<br>рыбными консервами<br>«Сайра» | 150/25 | 5,19  | 7,07  | 8,95  | 150,37 |
| 2 | Вермишелевая запеканка<br>с мясом                   | 150/50 | 10,61 | 11,87 | 35,47 | 213,49 |
| 3 | Компот из с/фр                                      | 150    | 0,7   | 0,98  | 37,0  | 100,98 |
| 4 | Хлеб пшеничный                                      | 20     | 1,52  | 0,19  | 0,98  | 47,0   |

**Уплотненный полдник**

|   |                                   |       |      |      |      |       |
|---|-----------------------------------|-------|------|------|------|-------|
| 1 | Капуста тушеная в масле           | 200/5 | 1,67 | 7,09 | 15,2 | 72,77 |
| 2 | Печенье                           | 20    | 1,57 | 5,1  | 33,7 | 166,5 |
| 3 | Кисломолочный напиток<br>«Снежок» | 100   | 4,8  | 3,75 | 6,6  | 79,5  |

|  |                      |      |      |      |       |        |
|--|----------------------|------|------|------|-------|--------|
|  | Итого за третий день | 1230 | 42,0 | 47,0 | 203,0 | 1400,0 |
|--|----------------------|------|------|------|-------|--------|

