

Утверждено

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

\_\_\_\_\_ Фомин В.А.

**Меню 9 день  
(от 3 до 7 лет)  
20.11.2025г**

**Завтрак**

| № | Наименование блюд      | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---|------------------------|-------|-------|------|----------|---------|
| 1 | Каша манная жид с масл | 200/4 | 7,05  | 7,25 | 30,9     | 220,21  |
| 2 | Какао с молоком        | 200   | 2,75  | 3,2  | 20,37    | 139,81  |
| 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 картофельный с<br>рыбными фрикадельками | 180/35 | 6,8   | 8,67  | 36,27 | 146,25 |
| 2 | Гуляш из говядины                           | 70     | 10,29 | 10,32 | 25,49 | 248,75 |
| 3 | Каша гречневая                              | 130    | 4,49  | 5,48  | 28,99 | 161,24 |
| 4 | Компот из с/фр                              | 180    | 0,42  | 0,17  | 15,58 | 75,11  |
| 5 | Хлеб пшеничный                              | 30     | 2,28  | 0,24  | 1,47  | 70,5   |

**Уплотненный полдник**

|   |                                         |       |      |      |       |        |
|---|-----------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 1 | Макаронные изделия<br>отварные с маслом | 200/5 | 4,4  | 6,18 | 31,04 | 177,92 |
| 2 | Оладьи со сгущенкой                     | 70/15 | 2,22 | 7,78 | 40,53 | 208,08 |
| 3 | Чай с сахаром                           | 200   | 0,0  | 0,0  | 10,38 | 57,12  |

|  |                       |      |      |      |       |        |
|--|-----------------------|------|------|------|-------|--------|
|  | Итого за девятый день | 1710 | 54,0 | 60,0 | 261,0 | 1800,0 |
|--|-----------------------|------|------|------|-------|--------|