

Утверждено

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

\_\_\_\_\_ Фомин В.А.

**Меню 7 день  
(от 3 до 7 лет)  
16.12.2025г  
Завтрак**

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Омлет натуральный	120/4	6,8	6,9	7,9	131,46
2	Какао с молоко	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 карт-ль и Вермишелью	180	3,57	6,29	35,8	184,7
2	Капуста тушеная с мясом	200/60	12,81	16,03	42,08	240,75
3	Компот из сухофруктов	180	0,9	0,1	40,0	110,98
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	1,47	70,5

**Уплотненный полдник**

1	Каша «Дружба» молочная с маслом	200/5	4,5	5,46	16,2	176,6
2	Булочка Сдобная	70	5,88	5,6	48,28	302,09
3	Кисломолочный напиток «Ряженка»	100	6,4	5,0	8,8	106,0

	Итого за седьмой день	1535	54,0	60,0	261,0	1800,0
--	-----------------------	------	------	------	-------	--------

