

Утверждено:

руководитель ГБОУ СОШ с. Троицкое

_____Фомин В.А

**Меню 3 день
(от 3 до 7 лет)**

10.12.2025г

Завтрак

№	Наименование блюд	Выход д/с	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1	Каша « Геркулес» жидкая с маслом	200/4	4,41	6,51	30,53	200,1
2	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,38	57,12
3	Бутерброд с повидлом	30/8	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 рыбными консервами «Сайра»	180/30	6,2	10,27	12,95	150,97
2	Вермишелевая запеканка с мясом	200/60	15,82	14,36	47,54	309,65
3	Компот из с/фр	180	0,9	0,1	40,0	110,98
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	1,47	70,5

Уплотненный полдник

1	Капуста тушеная в масле	200/5	1,67	7,09	15,2	72,77
2	Печенье	40	2,25	6,8	48,8	240,1
3	Кисломолочный напиток «Ряженка»	100	6,4	5,0	8,8	106,0

	Итого за третий день	1600	54,0	60,0	261,0	1800,0
--	----------------------	------	------	------	-------	--------

