

Утверждаю
И.О. Директора МБОУ СОШ Мариинского
СП
Тулиновой М.В.



Меню приготавливаемых блюд -16 июня 2025г. Для детей с3 до 7 лет

№ Рец.	Прием пищи, наименование Блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)				Энергети ческая ценность (ккал)
			Б	Ж		У	
	Завтрак						
185	Каша пшеничная жидкая	200/5	6.44	7.53	33.38	193	
393	Чай с лимоном	180	0.12	0.02	10.20	41	
1	Бутерброд с маслом	40/7	3.06	9.43	18.27	136	
7	Сыр	10	3.48	4.43	----	54	
			13.1	21.41	61.85	324	
	Завтрак 2						
	Сок фруктовый	100	0.56	0.24	10.5	45.1	
	Обед						
13	Салат из свежих огурцов	60	0.45	3.65	1.42	40.38	
86	Суп –лапша домашняя	200	32.29	9.84	152.44	527.75	
132	Капуста тушеная	100	3.98	7.42	18.98	158	
321	Картофельное пюре	100	3.06	4.8	20.43	138	
376	Компот из сушеных фруктов	200	0.44	0.02	27.76	113	
	Хлеб	40	3.70	0.5	18.27	118	
			43.92	26.23	239.3	1095.13	
	Полдник						
496	Коржик молочный	80	5.22	8.99	49.58	199.7	
392	Чай сахаром	180/7	0.06	0.02	9.99	40	
368	Груша свежая	100	0.40	0.40	9.80	44	
			5.68	9.41	69.37	383.7	
	Итого		63.26	57.29	381.02	1747.93	