

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

О.А. Типишева

Меню приготавливаемых блюд 14 октября 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	
<b>Завтрак</b>						
168	Каша пшенная вязкая с маслом	200/5	5.67	5.28	32.55	200
392	Чай с сахаром	180/7	0.06	0.02	9.99	40
1	Бутерброд с маслом сливочным	40/7	3.06	9.43	18.27	136
			<b>8.79</b>	<b>14.73</b>	<b>60.81</b>	<b>376</b>
<b>Завтрак 2</b>						
399	Сок фруктовый (яблочный)	100	0.75		15.5	64
<b>Обед</b>						
20	Салат из белокочанной капусты	60	0.84	3.64	5.41	52.44
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.68	2.83	17.14	104.7
288	Фрикадельки мясные в соусе	70/10	5.67	5.73	5.21	95
321	Пюре картофельное	150	3.06	4.8	20.43	138
377	Компот из плодов консервированных	180	0.33	0.015	20.82	84.75
	Хлеб пшеничный	40	3.70	0.5	18.27	118
			<b>15.95</b>	<b>17.515</b>	<b>87.28</b>	<b>592.89</b>
<b>Полдник</b>						
473	Булочка «Веснушка»	80	6.24	4.89	43.08	241.6
	Чай с молоком	180	2.67	2.34	14.31	89
			<b>8.91</b>	<b>7.23</b>	<b>57.39</b>	<b>330.6</b>
	<b>Итого</b>		<b>34.4</b>	<b>39.475</b>	<b>220.98</b>	<b>1363.49</b>