

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

О.А. Типишева

Меню приготовляемых блюд 3 декабря 2025г., для детей от 1 до 3-х лет.

№ Рец.	Прием пищи, наименование Блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>					
177	Каша из смеси круп с изюмом	150	7.61	8.19	32.6	235
393	Чай с лимоном	150	0.07	0.01	7.10	29
1	Бутерброд с маслом	30/5	1.71	5.28	10.23	120
	Сыр	10	3.48	4.43	----	54
			<b>12.87</b>	<b>17.91</b>	<b>49.93</b>	<b>454</b>
	<b>Завтрак 2</b>					
	Сок фруктовый	100	0.56	0.24	10.5	45.1
	<b>Обед</b>					
33	Салат из свеклы	30	0.77	2.43	3.34	37.56
73	Рассольник	150	0.97	3.04	6.56	62
291	Картофельная запеканка с мясом	125	8.91	6.59	20.43	177
377	Компот из плодов консервированных	180	0.33	0.015	20.82	84.75
1	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71
			<b>13.43</b>	<b>19.625</b>	<b>65.77</b>	<b>410.31</b>
	<b>Полдник</b>					
469	Булочка домашняя	100	3.64	6.26	26.96	179
395	Кофеинный напиток	150	2.34	2.00	10.63	70
368	Яблоко свежее	95	0.3	0.3	7.35	33
			<b>6.28</b>	<b>8.56</b>	<b>44.94</b>	<b>282</b>
	<b>Итого</b>		<b>33.14</b>	<b>46.335</b>	<b>171.14</b>	<b>1191.41</b>