

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

О.А. Типишева

Меню приготавливаемых блюд 13 января 2026г. 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	
	Завтрак					
168	Каша пшенная вязкая с маслом	150	4.27	4.86	24.48	159
392	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	8.98	30
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	1.71	5.28	10.23	120
			6.09	10.15	43.69	325
	Завтрак 2					
399	Сок фруктовый (яблочный)	100	0.75		15.5	64
	Обед					
20	Салат из белокочанной капусты	40	0.56	2.43	3.6	34.96
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1.61	1.70	10.20	62.8
288	Фрикадельки мясные в соусе	70	4.72	4.78	4.21	79
321	Пюре картофельное	110	2.04	3.2	13.62	92
377	Компот из плодов консервированных	180	0.33	0.015	20.82	84.75
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71
			13.28	12.625	76.60	424.51
	Полдник					
473	Булочка «Веснушка»	60	3.90	3.06	26.93	151
394	Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77
368	Груша свежая	95	0.40	0.40	9.80	44
			6.55	5.39	38.24	228
	итого		26.67	28.165	174.03	1041.51