

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

О.А. Типишева

Меню приготавливаемых блюд 12.02 2026г. Для детей с 3 до 7 лет

| № Рец. | Прием пищи, наименование Блюда | Масса порции(г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергети- ческая ценность (ккал) |
|------------------|--|--------------------|----------------------|--------------|---------------|---|
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| 168 | Каша рисовая вязкая с маслом | 200/5 | 3.09 | 4.07 | 32.09 | 177 |
| 1 | Бутерброд с маслом | 40/5 | 3.06 | 9.43 | 18.27 | 136 |
| 7 | Сыр | 10 | 3.48 | 4.43 | ----- | 54 |
| 393 | Чай с лимоном | 180 | 0.12 | 0.02 | 10.20 | 41 |
| | | | 9.75 | 17.95 | 60.56 | 408 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| 399 | Сок фруктовый (абрикосовый) | 100 | 0.75 | ----- | 19.5 | 79 |
| Обед | | | | | | |
| 42 | Салат из моркови с курагой | 60 | 0.88 | 0.06 | 8.60 | 38.52 |
| 81 | Суп картофельный с бобовыми(горох) | 200 | 5.49 | 5.27 | 16.32 | 135 |
| 276 | Жаркое –по домашнему | 200 | 22.02 | 6.79 | 19.95 | 259 |
| 372 | Компот из свежих плодов (яблок) | 200 | 0.24 | 0.24 | 35.74 | 90.2 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3.70 | 0.5 | 18.27 | 118 |
| | | | 32.33 | 12.86 | 98.88 | 642.52 |
| Полдник | | | | | | |
| 454 | Пирожок печенный из дрожжевого теста с повидлом | 80 | 4.6 | 1.87 | 44.44 | 212.8 |
| 392 | Чай с сахаром | 180 | 0.06 | 0.02 | 9.99 | 40 |
| | | | 4.66 | 1.89 | 54.43 | 252.8 |
| итого | | | 47.49 | 32.7 | 233.37 | 1382.32 |