

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

О.А. Типишева



Меню приготавливаемых блюд 19 мая 2026 . Для детей с 3 до 7 лет

| №<br>Рец. | Прием пищи,наименование<br>Блюда         | Масса<br>порции(Г) | Пищевые вещества(Г) |               |               | Энергети<br>ческая<br>Ценность<br>(ккал) |
|-----------|--|--------------------|---------------------|---------------|---------------|--|
|           |  |                    | Б                   | Ж             | У             |  |
|           | <b>Завтрак</b>                           |                    |                     |               |               |  |
| 168       | Каша пшениная 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>                           |