

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

О.А. Типишева

Меню приготавливаемых блюд 17 сентября 2026г. для детей от 1 до 3-х лет.

| №<br>Рец. | Прием пищи, наименование<br>Блюда                  | Масса<br>порции(г) | Пищевые вещества (г) |               |               | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------|----------------------------------------------------|--------------------|----------------------|---------------|---------------|--------------------------------------|
|           |                                                    |                    | Б                    | Ж             | У             |                                      |
|           | <b>Завтрак</b>                                     |                    |                      |               |               |                                      |
| 168       | Каша рисовая вязкая с маслом                       | 150                | 2.32                 | 3.96          | 24.08         | 142                                  |
| 1         | Бутерброд с маслом                                 | 30/5               | 1.71                 | 5.28          | 10.23         | 120                                  |
| 7         | Сыр                                                | 10                 | 3.48                 | 4.43          | -----         | 54                                   |
| 393       | Чай с лимоном                                      | 150                | 0.07                 | 0.01          | 7.1           | 29                                   |
|           |                                                    |                    | <b>7.51</b>          | <b>13.67</b>  | <b>34.31</b>  | <b>332</b>                           |
|           | <b>Завтрак 2</b>                                   |                    |                      |               |               |                                      |
| 399       | Сок фруктовый (абрикосовый)                        | 100                | 0.75                 | -----         | 19.5          | 79                                   |
|           | <b>Обед</b>                                        |                    |                      |               |               |                                      |
| 42        | Салат из моркови с курагой                         | 40                 | 0.58                 | 0.042         | 5.73          | 25.68                                |
| 81        | Суп картофельный с<br>бобовыми(горох)              | 180                | 3.29                 | 3.07          | 9.79          | 81                                   |
| 276       | Жаркое –по домашнему                               | 170                | 18.35                | 4.70          | 16.32         | 180                                  |
| 372       | Компот из свежих плодов (яблок)                    | 180                | 0.12                 | 0.12          | 21.72         | 88.20                                |
|           | Хлеб пшеничный                                     | 30                 | 2.45                 | 7.55          | 14.62         | 71                                   |
|           |                                                    |                    | <b>24.79</b>         | <b>10.48</b>  | <b>68.18</b>  | <b>463.88</b>                        |
|           | <b>Полдник</b>                                     |                    |                      |               |               |                                      |
| 454       | Пирожок печенный из<br>дрожжевого теста с повидлом | 60                 | 3.45                 | 1.4           | 33.33         | 159.6                                |
| 392       | Чай с сахаром                                      | 150                | 0.04                 | 0.01          | 6.99          | 28                                   |
|           |                                                    |                    | <b>3.49</b>          | <b>1.41</b>   | <b>40.32</b>  | <b>187.6</b>                         |
|           | <b>итого</b>                                       |                    | <b>36.54</b>         | <b>30.562</b> | <b>162.31</b> | <b>1062.48</b>                       |