

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

М.В. Тулинова

Меню приготавливаемых блюд - 2 ноября 2026г. ,для детей от 1 до 3-х лет.

| № Рец. | Прием пищи, наименование Блюда | Масса порции(г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | |
| | **Завтрак** | | | | | |
| 185 | Каша пшеничная жидкая | 150 | 4.08 | 4.08 | 25.5 | 153 |
| 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 |
| 7 | Сыр | 10 | 3.48 | 4.43 | ---- | 54 |
| | | | **9.34** | **13.8** | **42.83** | **372** |
| | **Завтрак 2** | | | | | |
| | Сок фруктовый | 100 | O.56 | 0.24 | 10.5 | 45.1 |
| | **Обед** | | | | | |
| 13 | Салат из свежих огурцов | 30 | 0.30 | 2.43 | 0.95 | 26.91 |
| 86 | Суп –лапша домашняя | 150 | 19.4 | 5.9 | 91.46 | 496.65 |
| 132 | Капуста тушенная | 70 | 3.13 | 5.56 | 14.38 | 120 |
| 321 | Картофельное пюре | 80 | 2.04 | 3.2 | 13.62 | 92 |
| 376 | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0.33 | 0.015 | 20.82 | 84.75 |
| | Хлеб | 30 | 2.37 | 0.3 | 14.49 | 71 |
| | | | **25.2** | **17.105** | **141.23** | **823.31** |
| | | | | | | |
| | Полдник | | | | | |
| 496 | Коржик молочный | 80 | 5.22 | 8.99 | 49.58 | 199.7 |
| 392 | Чай сахаром | 180 | 0.04 | 0.01 | 6.99 | 28 |
| 368 | Груша свежая | 95 | 0.40 | 0.40 | 9.80 | 44 |
| | | | **5.26** | **9** | **56.57** | **327.7** |
| | **Итого** | | **40.36** | **40.145** | **251.11** | **1468.11** |
| | | | | | | |