

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

М.В. Тулинова

Меню приготавливаемых блюд 4 ноября 2026 ,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					
177	Каша из смеси круп с изюмом	150	7.61	8.19	32.6	235
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
	Сыр	10	3.48	4.43	----	54
			12.87	**17.91**	**49.93**	**454**
	Завтрак 2					
	Сок фруктовый	100	O.56	0.24	10.5	45.1
	Обед					
33	Салат из свеклы	30	0.77	2.43	3.34	37.56
73	Рассольник	150	0.97	3.04	6.56	62
291	Картофельная запеканка с мясом	125	8.91	6.59	20.43	177
377	Компот из плодов консервированных	180	0.33	0.015	20.82	84.75
1	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71
			13.43	**19.625**	**65.77**	**410.31**
	Полдник					
469	Булочка домашняя	100	3.64	6.26	26.96	179
395	Кофейный напиток	150	2.34	2.00	10.63	70
368	Яблоко свежее	95	0.3	0.3	7.35	33
			6.28	**8.56**	**44.94**	**282**
	Итого		**33.14**	**46.335**	**171.14**	**1191.41**