

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

М.В. Тулинова

Меню приготавливаемых блюд - 5 ноября 2026 ,для детей от 1 до 3-х лет 2025г.

№ Рец.	Прием пищи, наименование Блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
185	Каша жидкая «Геркулес»	150	4.08	4.08	25.05	153
392	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28
1	Бутерброд с маслом	30/5	1.71	5.28	10.23	120
7	Сыр	10	3.48	4.43	------	54
			9.31	**13.8**	**42.27**	**371**
	Завтрак 2					
	Сок фруктовый	100	O.56	0.24	10.5	45.1
	Обед					
40	Салат из моркови с яблоками	40	0.43	0.07	3.44	16.16
83	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	3.98	3.11	9.26	81
137	Рагу из овощей	160	2.40	11.33	13.59	166
383	Кисель из варенья	150	0.06	-----	16.69	67.05
1	Хлеб пшеничный	30	2.27	0.3	14.49	71
			9.32	**22.06**	**57.6**	**403.21**
	Полдник					
215	Омлет натуральный	65	7.52	13.46	1.57	157
392	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28
368	Банан	95	1.50	0.50	21	95
			9.06	**13.97**	**29.56**	**280**
	Итого		**32.19**	**50.07**	**139.93**	**1099.31**