Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

М.В. Тулинова

Меню приготавливаемых блюд - 16 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**