Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

М.В.Тулинова

Меню приготавливаемых блюд 24 ноября 2026г. Для детей с3 до 7 лет

№ Рец.	Прием пищи,наименование Блюда	Масса порции(Г)	Пищевые вещества(Г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
168	Каша пшенная вязкая с маслом	200/5	5.67	5.28	32.55	200
392	Чай с сахаром	180/7	0.06	0.02	9.99	40
1	Бутерброд с маслом сливочным	40/7	3.06	9.43	18.27	136
			8.79	**14.73**	**60.81**	**376**
	Завтрак 2					
399	Сок фруктовый (яблочный)	100	0.75		15.5	64
	Обед					
20	Салат из белокочанной капусты	60	0.84	3.64	5.41	52.44
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.68	2.83	17.14	104.7
288	Фрикадельки мясные в соусе	70/10	5.67	5.73	5.21	95
321	Пюре картофельное	150	3.06	4.8	20.43	138
377	Компот из плодов консервированных	180	0.33	0.015	20.82	84.75
	Хлеб пшеничный	40	3.70	0.5	18.27	118
			15.95	**17.515**	**87.28**	**592.89**
	Полдник					
473	Булочка «Веснушка»	80	6.24	4.89	43.08	241.6
	Чай с молоком	180	2.67	2.34	14.31	89
			8.91	**7.23**	**57.39**	**330.6**
	итого		**34.4**	**39.475**	**220.98**	**1363.49**