

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ Мариинского СП

М.В. Тулинова

Меню приготавливаемых блюд 27 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					
206	Макароны отварные с сыром	150	3.29	10.01	22.71	218
1	Бутерброд с маслом	30/5	1.71	5.28	10.23	120
397	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89
			8.15	**18.01**	**45.9**	**443**
	Завтрак 2					
	Сок фруктовый	100	0.56	0.24	10.5	45.1
	Обед					
19	Салат из соленых огурцов с луком	40	0.39	2.43	1.17	26.91
57	Борщ с картофелем и свежей капустой	150	1.09	2.95	7.64	61.5
287	Тефтели мясные	60	6.41	6.78	5.22	107.54
313	Каша гречневая рассыпчатая	100	5.73	4.06	25.76	162
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
			16.4	**23.785**	**75.23**	**578.70**
	Полдник					
195	Манный пудинг	180	6.3	7.54	40.72	256
378	Кисель из плодов свежих плодов и ягод	150	0.07	0.03	19.60	78.9
			6.37	**7.57**	**60.32**	**334.8**
	Итого		**31.48**	**49.605**	**191.95**	**1401.6**