

М Е Н Ю  
дошкольной группы МБОУ «СОШ п.Мариец»

**16.01.2025**

Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	цена
<b>1 завтрак</b>			
Каша гречневая вязкая с маслом	180	174,0	13-15
Кофейный напиток с молоком	180	91,0	7-43
Бутерброд с маслом	40	136,0	10-07
Хлеб пшеничный	20	47	1-65
<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>448</b>	
<b>2 завтрак</b>			
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с овсяной крупой	180	92	10-72
Фрикадельки рыбные в соусе	80	197	17-01
Картофель отварной с маслом	150	185	16-84
Компот из свежих яблок	180	89	5-64
Хлеб ржано-пшеничный	40	77,0	2-69
<b>Итого:</b>	<b>630</b>	<b>640</b>	
<b>Полдник</b>			
Сырники из творога с соусом	150	163	40-22
Сок фруктовый	180	76	7-62
Фрукты и ягоды свежие	100	45,0	12-15
<b>Итого:</b>	<b>430</b>	<b>284,0</b>	
<b>Всего:</b>	<b>1480</b>	<b>1372,00</b>	<b>145-19</b>