

Директор МБОУ «Основная школа № 32»

УТВЕРЖДАЮ
Васенко О.В.

02.10.2023 г.

МЕНЮ
на 03.10.2023 года

(соответствует 3-му дню 1-й недели утвержденного примерного меню для воспитанников образовательных учреждений Петропавловск-Камчатского городского округа (дошкольная ступень))

(возрастная группа: 3-7 лет; сезон ограниченный: с 01 сентября по 01 марта)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Омлет натуральный с сыром запеченный	100	228,00
Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный	25	20,62
Батон	50	48,64
Чай с молоком с сахаром	180	65,50
Яблоко	110	56,40

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	100	43,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат зеленый с огурцом и маслом растительным	60	48,95
Борщ с мясом	200	117,09
Птица, тушеная в соусе с овощами и картофелем	170	119,79
Компот из плодов свежих (яблоки)	180	60,23
Хлеб ржано-пшеничный	45	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Ватрушка с джемом	60	223,00
Молоко «Умница»	200	108,00

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Винегрет овощной	60	78,55
Шницель рыбный натуральный	70	105,12
Соус молочный	25	34,00
Пюре картофельное	110	116,00
Чай с лимоном	180/10/7	40,10
Хлеб пшеничный	56	48,64

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «Основная школа № 32»
 Лысенко О.В.
 03.10.2023 г.



МЕНЮ
для ребенка с аллергией
на 03.10.2023 года

(соответствует 3-му дню 1-й недели утвержденного примерного меню для воспитанников образовательных учреждений Петропавловск-Камчатского городского округа (дошкольная ступень))
 (возрастная группа: 3-7 лет; сезон ограниченный: с 01 сентября по 01 марта)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Омлет натуральный запеченный	100	228,00
Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный	25	20,62
Батон	50	48,64
Чай с сахаром	180	65,50
Яблоко	110	56,40

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	100	43,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат зеленый с огурцом и маслом растительным	60	48,95
Борщ с мясом	200	117,09
Сердце, тушеное в соусе с овощами и картофелем	170	119,79
Компот из плодов свежих (яблоки)	180	60,23
Хлеб ржано-пшеничный	45	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Ватрушка с джемом	60	223,00
Немолоко	200	108,00

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Винегрет овощной	60	78,55
Шницель рыбный натуральный	70	105,12
Пюре картофельное	110	116,00
Чай с лимоном	180/10/7	40,10
Хлеб пшеничный	56	48,64