

Директор МБОУ «Основная школа № 32»
Лысенко О.В.
06.10.2023



МЕНЮ
на 09.10.2023 года

(соответствует 2-му дню 2-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	100	181,42
Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный	25	20,62
Батон	44	142,50
Какао с молоком	180	109,60
Яблоко	110	56,40

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	85	56,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из свеклы с черносливом	60	78,90
Борщ сибирский	200	164,40
Тефтели рыбные с соусом (60/20)	80	113,84
Рагу овощное	120	148,80
Напиток лимонный	180	103,60
Хлеб ржано-пшеничный	47	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Булочка «Творожная»	70	204,17
Кефир с лактулозой	200	118,00

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Запеканка картофельная с мясом отварным	160	298,50
Дополнительный гарнир: томаты консервированные в собственном соку	25	4,38
Чай с молоком и сахаром	180	64,00
Хлеб пшеничный	24	48,64
Мармелад	20	66,70

Директор МБОУ «Основная школа № 32»
Лисенко О.В.
06.10.2023



МЕНЮ
для ребенка с аллергией
на 09.10.2023 года

(соответствует 2-му дню 2-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	100	181,42
Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный	25	20,62
Батон	44	142,50
Какао с молоком	180	109,60
Яблоко	110	56,40

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	85	56,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из свеклы с черносливом	60	78,90
Борщ сибирский	200	164,40
Тефтели рыбные с соусом (60/20)	80	113,84
Рагу овощное	120	148,80
Напиток лимонный	180	103,60
Хлеб ржано-пшеничный	47	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Булочка	70	204,17
Молоко	180	118,00

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Запеканка картофельная с мясом отварным	160	298,50
Дополнительный гарнир: томаты консервированные в собственном соку	25	4,38
Чай с сахаром	180	64,00
Хлеб пшеничный	24	48,64
Мармелад	20	66,70