

**МЕНЮ**  
**на 12.07.2024 года**

(соответствует 2-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 марта по 01 сентября)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Каша жидкая на молоке (рисовая)	200	289,6
Сыр полутвердый	15	60,0
Масло сливочное несоленое	10	70,9
Какао с молоком	180	109,6
Хлеб пшеничный	30	79,1

**2-ой ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	100	42,00

**ОБЕД**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из помидоров с репчатым луком и растительным маслом	60	53,5
Борщ с мясом	200	117,9
Плов из птицы	180	318,0
Компот из свежих яблок	180	60,23
Хлеб ржано-пшеничный	63	59,63

**ПОЛДНИК**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Ватрушка с повидлом	70	223,0
Кефир с лактулозой	200	117,8

**УЖИН**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	60	45,97
Филе минтая запеченное	70	91,23
Пюре картофельное	120	120,3
Компот из ягод	180	68,8
Хлеб пшеничный	26	59,63