



Директор МБОУ «Основная школа № 31

Лысенко О.И.

12.09.2024

МЕНЮ
на 13.09.2024 года

(соответствует 5-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)
Каша пуховая (гречневая на молоке с яйцами)	200	288,40
Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	10	70,90
Хлеб пшеничный	30	125,00
Какао с молоком	180	109,60
Груша	120	56,40

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 свежих огурцов, горошка консервированного с растительным маслом	60	116,82
Суп гороховый вегетарианский	200	112,80
Плов из сердца	180	318,00
Компот из ягод (жимолость)	180	73,20
Хлеб ржано-пшеничный	28	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Булочка ванильная	70	242,00
Ацидофилин	170	103,50

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из яблок с черносливом	60	74,70
Сырники с морковью с соусом (80/20)	100	226,95
Чай зеленый с молоком с сахаром	180	64,20
Хлеб пшеничный	56	48,64
Зефир	20	65,00

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Основная школа № 32»

Лысенко О.В.

12.09.2024 г.



МЕНЮ
для ребенка с аллергией
на 13.09.2024 года

(соответствует 5-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)
Каша пуховая (гречневая на немолоке с яйцами)	200	288,40
Хлеб пшеничный	30	125,00
Какао с немолоком	180	109,60
Груша	120	56,40

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 свежих огурцов, горошка консервированного с растительным маслом	60	116,82
Суп гороховый вегетарианский	200	112,80
Плов из сердца	180	318,00
Компот из ягод (жимолость)	180	73,20
Хлеб ржано-пшеничный	28	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Булочка ванильная	70	242,00
Немолоко	200	103,50

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из яблок с черносливом	60	74,70
Рожки отварные	120	180,66
Чай зеленый с сахаром	180	64,20
Хлеб пшеничный	56	48,64
Зефир	20	65,00