



УТВЕРЖДА
Директор МБОУ «Основная школа № 3

Дысенко О.

13.09.2024

МЕНЮ
на 16.09.2024 года

(соответствует 1-му дню 3-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
Доп. гарнир: икра кабачковая	25	19,66
Хлеб пшеничный	30	48,64
Чай с молоком с сахаром	180	65,50

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	85	43,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	48,75
Суп картофельный с фасолью, с мясом (185/15)	200	118,00
Шницель рыбный натуральный (лосось)	70	90,20
Кабачки и капуста цветная, запеченные под соусом	110	143,70
Компот из плодов свежих (яблоки)	180	60,232
Хлеб ржано-пшеничный	31	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Пирожок печеный с рисом и яйцом	70	185,00
Молоко «Умница»	165	108,00

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	60	45,97
Биточки рубленые из птицы	70	126,70
Соус сметанный с томатом	30	32,80
Пюре картофельное	120	120,30
Чай с сахаром	180	64,00
Хлеб пшеничный	28	48,64



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Основная школа № 32»
Дядерко О.В.
13.09.2024 г.

МЕНЮ
для ребенка с аллергией
на 16.09.2024 года

(соответствует 1-му дню 3-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
Доп. гарнир: икра кабачковая	25	19,66
Хлеб пшеничный	30	48,64
Чай с сахаром	180	65,50

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	85	43,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	48,75
Суп картофельный с фасолью, с мясом (185/15)	200	118,00
Шницель рыбный натуральный (лосось)	70	90,20
Кабачки и капуста цветная, запеченные под соусом	110	143,70
Компот из плодов свежих (яблоки)	180	60,232
Хлеб ржано-пшеничный	31	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Пирожок печеный с рисом и яйцом	70	185,00
Немолоко	200	108,00

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	60	45,97
Биточки рубленые из птицы	70	126,70
Пюре картофельное	120	120,30
Чай с сахаром	180	64,00
Хлеб пшеничный	28	48,64