

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Висенко О.В.

10.09.2023 г.

МЕНЮ
на 21.09.2023 года

(соответствует 3-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)
Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	200	275,80
Сыр полутвердый	15	60,00
Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	10	70,90
Батон	80	79,10
Кофейный напиток с молоком	180	107,50
Груша	120	56,40

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	120	42,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат зеленый с огурцом и растительным маслом	60	48,95
Щи из свежей капусты с мясом (185/15)	200	113,60
Котлета рыбная	70	147,30
Соус молочный	25	34,00
Пюре картофельное	110	116,00
Напиток лимонный	180	103,60
Хлеб ржано-пшеничный	55	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Вафли	45	165,80
Ацидофилин	200	103,50

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Рулет мясной	80	145,40
Соус сметанный	25	19,00
Макаронные изделия отварные	120	180,66
Дополнительный гарнир: томаты консервированные в собственном соку	25	20,20
Компот из плодов (вишня)	180	50,20
Хлеб пшеничный	30	48,64

Директор МБОУ «Основная школа №

Высенко

09.09.2023



МЕНЮ
для ребенка с аллергией
на 21.09.2023 года

(соответствует 3-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)
Каша жидкая на немолоке (из хлопьев овсяных)	200	275,80
Батон	80	79,10
Кофейный напиток с немолоком	180	107,50
Груша	120	56,40

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	120	42,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат зеленый с огурцом и растительным маслом	60	48,95
Щи из свежей капусты с мясом (185/15)	200	113,60
Котлета рыбная	70	147,30
Пюре картофельное	110	116,00
Напиток лимонный	180	103,60
Хлеб ржано-пшеничный	55	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Вафли	45	165,80
Немолоко	200	103,50

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Рудет мясной	80	145,40
Макаронные изделия отварные	120	180,66
Дополнительный гарнир: томаты консервированные в собственном соку	25	20,20
Компот из плодов (вишня)	180	50,20
Хлеб пшеничный	30	48,64