

Директор МБОУ «Основная школа № 32»

Лисенко О.В.

20.10.2023 г.



**МЕНЮ**  
**на 23.10.2023 года**

(соответствует 1-му дню 4-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)
Макаронные изделия отварные с маслом и тертым сыром (140/5/25)	170	221,00
Хлеб пшеничный	30	79,10
Какао с молоком	180	109,60
Яблоко	120	56,40

**2-ой ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	100	56,00

**ОБЕД**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из помидоров с луком с растительным маслом	60	53,50
Суп рыбный (с пшеном)	200	140,93
Котлета из сердца	80	173,30
Картофель, запеченный в сметанном соусе	110	116,40
Кисель из ягод (брусника)	180	143,60
Хлеб ржано-пшеничный	52	59,63

**ПОЛДНИК**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Булочка «Розовая»	70	182,56
Варенец	200	121,20

**УЖИН**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Тефтели рыбные с соусом (60/20)	80	113,84
Рагу овощное	120	148,80
Чай с лимоном	180/10/7	40,10
Хлеб пшеничный	33	48,64
Мармелад	20	66,70

Директор МБОУ «Основная школа № 32»

Лысенко О.В.

20.10.2023 г.



**МЕНЮ**  
для ребенка с аллергией  
на 23.09.2023 года

(соответствует 1-му дню 4-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)
Макаронные изделия отварные	120	221,00
Хлеб пшеничный	30	79,10
Какао с немолоком	180	109,60
Яблоко	120	56,40

**2-ой ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	100	56,00

**ОБЕД**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из помидоров с луком с растительным маслом	60	53,50
Суп рыбный (с пшеном)	200	140,93
Котлета из сердца	80	173,30
Картофель отварной	110	116,40
Кисель из ягод (брусника)	170	143,60
Хлеб ржано-пшеничный	52	59,63

**ПОЛДНИК**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Булочка «Розовая»	70	182,56
Немолоко	200	121,20

**УЖИН**

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Тефтели рыбные с соусом (60/20)	80	113,84
Рагу овощное	120	148,80
Чай с лимоном	180/10/7	40,10
Хлеб пшеничный	33	48,64
Мармелад	20	66,70