

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Основная школа № 32»
Лысенко О.В.
26.10.2023 г.



МЕНЮ
на 27.10.2023 года

(соответствует 1-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 сентября по 01 марта)

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Масса порции (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|------------------|--------------------------------|
| Каша жидкая на молоке (пшеничная) | 200 | 227,00 |
| Сыр полутвердый | 15 | 60,00 |
| Масло коровье сладкосливочное несоленое | 10 | 70,90 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 80,00 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 107,50 |
| Яблоко | 110 | 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 морской капусты с клюквой и раст. маслом | 60 | 45,57 |
| Свекольник | 200 | 102,50 |
| Запеканка из печени с рисом | 160 | 123,60 |
| Компот из сушеных фруктов (курага) | 180 | 75,24 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 55 | 59,63 |

ПОЛДНИК

| Наименование блюда | Масса порции (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|------------------|--------------------------------|
| Вафли | 50 | 242,0 |
| Молоко обогащенное йодказеином «Умница» | 200 | 109,00 |

УЖИН

| Наименование блюда | Масса порции (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|------------------|--------------------------------|
| Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом | 60 | 45,97 |
| Рыба, запеченная с картофелем по-русски | 180 | 272,33 |
| Чай с лимоном | 180 | 117,30 |
| Хлеб пшеничный | 35 | 80,00 |