

Директор МБОУ «Основная школа № 32»

Лысенко О.В.

04.12.2023



**МЕНЮ**  
**на 05.12.2023 года**

(соответствует 2-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) |
|---|------------------|--------------------------------|
| Омлет натуральный                                       | 100              | 181,42                         |
| Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный | 25               | 20,62                          |
| Батон   | 50               | 142,50                         |
| Какао с молоком   | 180              | 109,60                         |
| 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 свеклы с черносливом   | 60               | 78,90                          |
| Борщ сибирский                  | 200              | 164,40                         |
| Тефтели рыбные с соусом (60/20) | 80               | 113,84                         |
| Рагу овощное                    | 120              | 148,80                         |
| Напиток лимонный                | 180              | 103,60                         |
| Хлеб ржано-пшеничный            | 63               | 119,26                         |

**ПОЛДНИК**

| Наименование блюда  | Масса порции (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------|------------------|--------------------------------|
| Булочка «Творожная» | 70               | 204,17                         |
| Кефир с лактулозой  | 200              | 118,00                         |

**УЖИН**

| Наименование блюда  | Масса порции (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|------------------|--------------------------------|
| Запеканка картофельная с мясом отварным                           | 160              | 298,50                         |
| Дополнительный гарнир: томаты консервированные в собственном соку | 25               | 4,38                           |
| Чай с молоком и сахаром   | 180              | 64,00                          |
| Хлеб пшеничный  | 23               | 48,64                          |
| Мармелад  | 20               | 66,70                          |



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «Основная школа № 32»  
Лисенко О.В.  
04.12.2023

**МЕНЮ**  
**для ребенка с аллергией**  
**на 05.12.2023 года**

(соответствует 2-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) |
|---|------------------|--------------------------------|
| Омлет натуральный                                       | 100              | 181,42                         |
| Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный | 25               | 20,62                          |
| Батон   | 50               | 142,50                         |
| Какао с молоком   | 180              | 109,60                         |
| 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 свеклы с черносливом   | 60               | 78,90                          |
| Борщ сибирский                  | 200              | 164,40                         |
| Тефтели рыбные с соусом (60/20) | 80               | 113,84                         |
| Рагу овощное                    | 120              | 148,80                         |
| Напиток лимонный                | 180              | 103,60                         |
| Хлеб ржано-пшеничный            | 63               | 119,26                         |

**ПОЛДНИК**

| Наименование блюда | Масса порции (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------|------------------|--------------------------------|
| Булочка            | 70               | 204,17                         |
| Молоко             | 180              | 118,00                         |

**УЖИН**

| Наименование блюда  | Масса порции (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|------------------|--------------------------------|
| Запеканка картофельная с мясом отварным                           | 160              | 298,50                         |
| Дополнительный гарнир: томаты консервированные в собственном соку | 25               | 4,38                           |
| Чай с сахаром   | 180              | 64,00                          |
| Хлеб пшеничный  | 23               | 48,64                          |
| Мармелад  | 20               | 66,70                          |