

Директор МБОУ «Основная школа №

Лысенко С

19.03.202



УТВЕРЖД

МЕНЮ
для ребенка с аллергией
на 20.03.2024 года

(соответствует 2-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 марта по 01 сентября)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Каша манная на немолоке	100	226,95
Хлеб пшеничный	40	79,10
Чай с немолоком с сахаром	180	65,50

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	110	43,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из свежих огурцов, горошка консервированного с растительным маслом	60	116,82
Рассольник ленинградский с птицей	200	150,00
Котлета рыбная	70	147,25
Пюре картофельно-морковное	110	77,1
Кисель из ягод (черная смородина)	170	117,30
Хлеб ржано-пшеничный	50	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Булочка «Веснушка»	70	219,80
Немолоко	200	119,20

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Икра из баклажанов	30	23,60
Зраза из сердца с омлетом и овощами	80	173,30
Овощи отварные с маслом сливочным	110	127,82
Чай с лимоном	180	64,00
Хлеб пшеничный	35	48,64


 УТВЕРЖ
 Директор МБОУ «Основная школа №
 Лысенко
 19.03.20

МЕНЮ
на 20.03.2024 года

(соответствует 2-му дню 3-й недели утвержденного примерного меню для воспитания
 образовательных учреждений Петропавловск-Камчатского городского округа
 (дошкольная ступень))
 (возрастная группа: 3-7 лет; сезон ограниченный: с 01 марта по 01 сентября)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сырники с морковью с соусом	100	226,95
Хлеб пшеничный	40	79,10
Чай с молоком с сахаром	180	65,50

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	110	43,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из свежих огурцов, горошка консервированного с растительным маслом	60	116,82
Рассольник ленинградский с птицей	200	150,00
Котлета рыбная	70	147,25
Пюре картофельно-морковное	110	77,1
Кисель из ягод (черная смородина)	170	117,30
Хлеб ржано-пшеничный	55	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Булочка «Веснушка»	70	219,80
Ряженка	228	119,20

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Огурец консервированный	30	23,60
Зраза из сердца с омлетом и овощами	80	173,30
Овощи отварные с маслом сливочным	110	127,82
Чай с лимоном	180	64,00
Хлеб пшеничный	35	48,64