


Утверждаю
 Директор МАОУ
 «Средняя школа № 31» ПКГО
 Е.А. Дебрян
 «24» ноября 2023 год

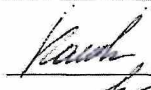
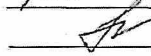


МАОУ «Средняя школа № 31» ПКГО (дошкольная ступень)
 «27» ноября 2023 год

МЕНЮ по столовой
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ ЯСЛИ 1,5-3 л САД 3-7 лет

	Объем порции	ККАЛ	Объем порции	ККАЛ
ЗАВТРАК				
Каша из пшена и гречки с яблоком	150	215,0	200	305,8
Отварное яйцо	40	76	40	76
Хлеб с маслом	27	72,2	40	101,25
Чай с сахаром	150	52,4	180	64
Яблоко	100	56,4	100	56,4
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок овощной	100	42	100	42
ОБЕД				
Салат из свежей капусты и морковью	40	35,2	60	48,8
Борщ сибирский с мясом	165	135,6	200	164,4
Филе (минтай) запеченное в молочном соусе	55	100,2	70	118,5
Картофельное пюре	110	116,0	130	130,3
Компот из кураги	150	62,7	180	75,24
Хлеб пшеничный	20	48,64	31	79,1
Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
ПОЛДНИК				
Булочка янтарная	60	143,5	60	143,5
Ряженка	180	121,6	200	128,8
УЖИН				
Салат из свежих огурцов с зеленым горошком	40	77,8	60	116,82
Пудинг из говядины	60	112,0	70	131,0
Морковное пюре	110	84,26	130	100,9
Чай с сахаром	150	52,4	180	64
Хлеб пшеничный	20	48,64	20	48,64
Хлеб ржаной	20	45,6	30	59,63
ВСЕГО		1647,64		2125,43

Повар
 Калькулятор

 Каширина. Н.А.
 Грузинова Н.В.