



Утверждаю  
 Директор MAOU  
 «Средняя школа № 31» ПКГО  
 Е.А. Дебрян  
 «6» февраля 2024 год

MAOU «Средняя школа № 31» ПКГО (дошкольная группа)  
 «7 февраля 2024 год

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ЯСЛИ		САД	
	Объём порции	ККАЛ	Объём порции	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша геркулесовая	150	203,0	200	275,8
Отварное яйцо	40	62,8	40,628	
Какао	150	91	180	109,6
Хлеб с маслом	27	72,2	43	101,25
Банан	95	94	95	94
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Сок овощной	100	42	100	42
<b>ОБЕД</b>				
Салат из свеклы и зеленого горшка	40	49,6	60	74,4
Рассольник с мясом	165	122	200	150
Гуляш из говядины	70	308,2	90	342,68
Картофельное пюре	110	116,0	130	130,3
Компот изюм	150	84,8	180	101,76
Хлеб пшеничный	20	48,64	30	79,1
Хлеб ржаной	20	45,6	24	59,63
<b>ПОЛДНИК</b>				
Пирожок печенный с яблоком	50	131	55	145,5
Ряженка	150	121,6	180	128,8
<b>УЖИН</b>				
Салат зеленый с огурцом	40	32,6	60	48,95
Филе (минтай)запеченное	50	70,8	70	129,31
Рагу овощное	110	129,8	130	175,8
Чай с лимоном	150	34,6	180	40,1
Хлеб пшеничный	23	48,64	23	48,64
Хлеб ржаной	20	45,6	20	45,6
<b>ВСЕГО</b>		<b>1642,48</b>		<b>2074,64</b>

Повар  
 Калькулятор

Каширина. Н.А.  
  
 Грузинова Н.В.