



Утверждаю
 Директор МАОУ
 «Средняя школа № 31» ПКГО
 Е.А. Дебрян
 «15» мая 2024 год

МАОУ «Средняя школа № 31» ПКГО (дошкольная ступень)
 «16» мая 2024 год

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

| | Объем порции | ККАЛ | Объем порции | ККАЛ |
|---|--------------|-------|--------------|--------|
| ЗАВТРАК | | | | |
| Омлет с сыром | 110 | 148 | 130 | 228 |
| Зеленый горошек | 20 | 16,5 | 30 | 20,62 |
| Чай с молоком | 150 | 180 | 53,2 | 65,5 |
| Батон с маслом | 34 | 98,24 | 40 | 150 |
| Апельсин | 100 | 47,3 | 100 | 47,3 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | |
| Сок овощной | 100 | 56 | 100 | 56 |
| ОБЕД | | | | |
| Салат из морской капусты с клюквой | 40 | 27,1 | 60 | 45,57 |
| Суп рыбный по-шведски (из консервированной сайры) | 165 | 112 | 200 | 140 |
| Жаркое по-домашнему | 160 | 250,5 | 200 | 320 |
| Кисель из вишни | 150 | 110,2 | 180 | 132,24 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 48,64 | 30 | 79,1 |
| Хлеб ржаной | 20 | 45,6 | 25 | 59,63 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| Печенье | 45 | 45,57 | 45 | 45,57 |
| Молоко Умница | 160 | 90 | 200 | 140 |
| УЖИН | | | | |
| Биточек из мяса | 50 | 115,9 | 70 | 162,3 |
| Овощное рагу | 110 | 118,0 | 130 | 148,8 |
| Чай с лимоном | 150 | 34,6 | 180 | 40,1 |
| Хлеб ржаной | 20 | 45,6 | 25 | 59,63 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 48,64 | 20 | 48,64 |

Повар
 Калькулятор

 Каширина. Н.А.
 Грузинова Н.В.