



Утверждаю

Директор MAOU

«Средняя школа № 31» ПКГО

Е.А. Дебрян

«29» января 2024 год

MAOU «Средняя школа № 31» ПКГО (дошкольная ступень)

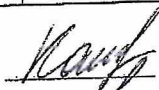
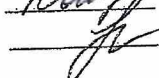
«30» января 2024 год

**МЕНЮ по столовой**

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

	Объём порции	ККАЛ	Объём порции	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>				
Макароны с сыром	150	194,2	200	221
Отварное яйцо	40	62,8	40	62,8
Хлеб с маслом	27	72,2	41	101,25
Какао	150	91	180	109,6
Апельсин	100	47,3	100	47,3
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Сок фруктовый	100	56	100	56
<b>ОБЕД</b>				
Салат из помидор с луком	40	35,6	60	53,5
Суп рыбный с пшеном	150	105,7	200	140,93
Зрза мясная с омлетом и овощами	60	152,4	80	173,3
Картофель запеченный в сметанном соусе	110	116,4	130	137,5
Кисель из брусники	150	126,5	180	143,6
Хлеб пшеничный	20	48,64	28	79,1
Хлеб ржаной	20	45,6	26	59,63
<b>ПОЛДНИК</b>				
Булочка розовая	50	130,4	70	143,5
Варенец с лактулозой	150	103,6	170	127,5
<b>УЖИН</b>				
Тефтели рыбные с соусом	65	70,8	75	129,31
Рагу овощное	110	129,8	130	175,8
Чай с лимоном	150	34,6	180	40,1
Хлеб пшеничный	21	48,64	21	48,64
Хлеб ржаной	20	45,6	21	59,63
Мармелад	20	66,7	20	66,7
ВСЕГО		<b>1666,02</b>		<b>2075,04</b>

Повар  
Калькулятор

 Каширина, Н.А.  
 Грузинова Н.В.