



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

MAOU «Средняя школа № 31» ПКГО (дошкольная ступень)
 «1» февраля 2024 год

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ЯСЛИ		САД	
	Объем порции	ККАЛ	Объем порции	ККАЛ
ЗАВТРАК				
Каша пшеничная	150	170,2	200	227,0
Хлеб с маслом сыром	42	149,4	55	160,36
Кофе с молоком	150	87,5	180	107,5
Яблоко	100	56,4	100	56,4
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок фруктовый	100	42	100	42
ОБЕД				
Салат из морской капусты с брусникой	40	27,1	60	45,57
Свекольник с мясом	165	80,22	200	102,5
Запеканка из печени с рисом	160	261,12	200	203,75
Компот из кураги (вит С)	150	62,7	180	75,24
Хлеб пшеничный	20	48,64	30	79,1
Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
ПОЛДНИК				
Булочка ванильная	60	171,45	70	242
Молоко Умница	140	101,25	170	140
УЖИН				
Салат из свежей капусты с огурцом и сладким перцем	40	35,2	60	48,8
Рыба по-русски с картофелем	160	276,6	200	340,4
Чай с лимоном	150	34,6	180	40,1
Хлеб ржаной	20	45,6	20	45,6
Хлеб пшеничный	20	48,64	31	50,64
Всего		1727,22		2063,39

Повар
 Калькулятор

_____ Каширина. Н.А.
 _____ Грузинова Н.В