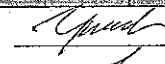
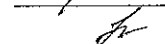


Утверждаю
И.о. директора МАОУ
«Средняя школа № 31» ПКГО
Сизинцев А.И.
«4» июня 2025 год

МАОУ «Средняя школа № 31» ПКГО (дошкольная ступень)
«5» июня 2025 год
МЕНЮ по столовой

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	2	1-3 года	4	5	6	7	3-7 лет	4	5	6	7
День	Четверг										
Неделя	1-4 день										
Завтрак											
	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,4	7	0,04	5,78	0,06	52,36
	Сырники из творога с соусом кисельным из	160	19,75	8,59	22,8	249,52	200	25,24	10,94	27,49	311,69
	Чай с сахаром	180	0,1	0,01	8,02	32,68	180	0,1	0,01	10,01	40,66
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого за Завтрак		360	21,02	12,85	38,28	354,85	407	26,9	16,89	47,4	451,71
Второй завтрак											
	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого за Второй завтрак		100	0,9	0,2	8,1	43	100	0,9	0,2	8,1	43
Обед											
	Салат из цветной капусты, брокколи, помидоров	30	0,64	1,08	1,27	17,66	60	1,21	2,15	2,42	34,42
	Суп картофельный с клецками с курицей	175	4,75	4,64	8,83	96,13	195	5,65	6,21	10,21	119,46
	Биточки мясные с соусом томатным	70	10,60	8,27	8,00	149,60	100	11,56	10,52	11,17	186,72
	Картофельное пюре	120	2,56	3,75	17,33	113,33	150	3,01	4,65	20,17	134,73
	Кисель из кураги	150	0,63	0,04	17,8	74,55	180	0,79	0,05	23,1	96,61
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,56	0,11	4,94	23,2	20	1,12	0,22	9,88	46,4
Итого за Обед		575	21,26	18,05	68,01	521,47	725	24,86	23,96	86,79	665,34
Полдник											
	Коржик молочный	50	4,06	3,02	25,35	143,54	50	4,06	3,02	25,35	143,54
	Ацидофилин	180	5,22	4,5	7,38	95,4	200	5,8	5	8,2	106
Итого за Полдник		230	9,28	7,52	32,73	238,94	250	9,86	8,02	33,55	249,54
Ужин											
	Поджаренная из свежих помидоров	20	0,22	0,04	0,76	4,8	30	0,33	0,06	1,14	7,2
	Напечеты куриные с соусом сметанно-томатным	70	14,57	8,19	4,15	152,29	100	19,17	10,66	6,42	203,27
	Макаронные изделия отварные	110	3,64	3,3	22,48	133,58	130	4,47	4,12	27,62	164,69
	Чай ягодный	180	0,15	0,02	8,65	35,8	180	0,15	0,02	10,65	43,78
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого за Ужин		400	20,1	11,71	45,88	373,47	460	25,64	15,02	55,67	465,94
Итого за день		1665	72,56	50,33	193	1531,73	1942	88,16	64,09	231,51	1875,63

Повар
Калькулятор

 Гриптина Н.Ю.
 Грузинова Н.В.