

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

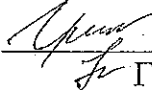
переносимость белка коровьего молока (ПБКМ)
МАОУ «Средняя школа № 31» ПКГО (дошкольная ступень)

6 «июня» 2025 год

МЕНЮ по столовой

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1н д5	ясли 1-3					сад 3-7				
Завтрак										
Омлет натуральный	30	2,82	5,89	1,12	68,94	50	4,65	7,66	1,55	93,92
Каша жидкая из риса и пшена с курагой на напиток овсяном	150	3,83	4,11	30,36	175,54	200	4,96	5,53	39,51	229,93
Чай с шиповником	180	0,2	0,05	9,47	41,2	180	0,2	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35,25	20	1,58	0,2	9,66	47
Второй завтрак										
Яблоко	100	0,4	0,3	10,3	47	100	0,4	0,3	10,3	47
Обед										
Винегрет овощной	30	0,45	1,55	2,43	25,88	60	0,89	3,11	4,7	50,98
Суп из овощей с индейка	175	5,1	5,4	7,65	100,42	195	5,26	5,42	8,53	104,86
Биточки мясные (свинина, индейка) с соусом томатным	70	8,12	8,66	7,55	140,34	100	10,91	11,42	11,01	190,27
Макаронные изделия отварные	110	3,96	2,47	25,38	139,66	130	4,73	2,56	30,32	163,32
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	180	0,9	0,18	18,18	82,8
Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35,25	20	1,58	0,2	9,66	47
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,66	0,12	3,96	19,8	20	1,32	0,24	7,93	39,6
Итого за день					898,28					1145,86

Повар
Калькулятор

 Гришина Н.Ю.
 Грузинова Н.В.