

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «ФОРМАТ»  
(МБОУ «ОЦ «ФОРМАТ»)**

Меню 1 день

« 3 » 03 20 25

**УТВЕРЖДЕНО**

директор МБОУ «ОЦ «Формат»

Л.А. Тихонова

| Прием пищи,<br>наименование блюда                      | Выход,<br>г. 1,5 - 3<br>года | Энергетическая<br>ценность, Ккал | Выход,<br>г. 3 - 7 лет | Энергетическая<br>ценность, Ккал |
|--------------------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------|------------------------|----------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                         |                              |                                  |                        |                                  |
| КАША МАННАЯ<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                         | 150                          | 172,7                            | 200                    | 182,6                            |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                         | 10                           | 33,9                             | 10                     | 33,9                             |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                        | 180                          | 109,2                            | 180                    | 109,2                            |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ                                         | 30                           | 68,4                             | 30                     | 68,4                             |
| <b>II Завтрак</b>                                      |                              |                                  |                        |                                  |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ<br>СВЕЖИЕ                                | 120                          | 47                               | 140                    | 65,8                             |
| <b>Обед</b>                                            |                              |                                  |                        |                                  |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                                        | 40                           | 47,6                             | 60                     | 71,4                             |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ С ПТИЦЕЙ<br>И СМЕТАНОЙ | 150                          | 109,8                            | 200                    | 115,8                            |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1<br>ВАРИАНТ)                          | 50/20                        | 155,8                            | 70/30                  | 165                              |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ                          | 110                          | 136                              | 120                    | 156,3                            |
| КОМПОТ ИЗ<br>СУХОФРУКТОВ                               | 150                          | 75,6                             | 180                    | 82,8                             |
| ХЛЕБ ПОДОЛЬСКИЙ                                        | 30                           | 68,4                             | 30                     | 68,4                             |
| <b>Полдник</b>                                         |                              |                                  |                        |                                  |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                       | 160                          | 84,8                             | 200                    | 106                              |
| БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ                                        | 40                           | 135,4                            | 60                     | 204,7                            |
| <b>Ужин</b>                                            |                              |                                  |                        |                                  |
| РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ<br>СМОРКОВЬЮ                           | 60                           | 99,6                             | 80                     | 150,6                            |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                      | 120                          | 115,3                            | 140                    | 152,1                            |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                                        | 180                          | 61,3                             | 200                    | 65,5                             |
| ХЛЕБ                                                   | 40                           | 91,2                             | 50                     | 119,8                            |

Ответственный за питание

Дворянкина Г.Г.