

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

Меню 10 день

« 25 » 04 20 25

**УТВЕРЖДЕНО**

директор МБОУ «ОЦ «Формат»

Л.А. Тихонова

| Прием пищи, наименование блюда          | Выход, г.<br>1,5 - 3<br>года | Энергетическая<br>ценность, Ккал | Выход, г.<br>3 - 7 лет | Энергетическая<br>ценность, Ккал |
|-----------------------------------------|------------------------------|----------------------------------|------------------------|----------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                          |                              |                                  |                        |                                  |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180                          | 156,5                            | 200                    | 163,1                            |
| БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ                      | 35                           | 103,8                            | 45                     | 135,4                            |
| КАКАО С МОЛОКОМ                         | 150                          | 78,1                             | 180                    | 89,6                             |
| <b>II Завтрак</b>                       |                              |                                  |                        |                                  |
| СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И<br>ЯГОДНЫЕ    | 170                          | 78,2                             | 180                    | 82,8                             |
| <b>Обед</b>                             |                              |                                  |                        |                                  |
| ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ                          | 40                           | 22,1                             | 60                     | 33,8                             |
| СВЕКОЛЬНИК                              | 150                          | 96                               | 200                    | 130                              |
| ПТИЦА ТУШЕНАЯ                           | 60                           | 109                              | 80                     | 145                              |
| КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ               | 110                          | 155,1                            | 130                    | 174,9                            |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА          | 150                          | 27                               | 180                    | 39                               |
| ХЛЕБ ПОДОЛЬСКИЙ                         | 30                           | 68,4                             | 30                     | 68,4                             |
| <b>Полдник</b>                          |                              |                                  |                        |                                  |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                        | 150                          | 79,5                             | 200                    | 106                              |
| ПЕЧЕНЬЕ                                 | 20                           | 86                               | 50                     | 215                              |
| ЯБЛОКО                                  | 100                          | 47                               |                        |                                  |
| <b>Ужин</b>                             |                              |                                  |                        |                                  |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ<br>СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)  | 40                           | 5,2                              | 60                     | 7,8                              |
| РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ               | 60                           | 98,5                             | 70                     | 115,2                            |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                       | 120                          | 112,3                            | 130                    | 142,6                            |
| КИСЕЛЬ ИЗ СОКА<br>НАТУРАЛЬНОГО          | 180                          | 93,6                             | 180                    | 93,6                             |
| ХЛЕБ ПОДОЛЬСКИЙ                         | 40                           | 91,2                             | 50                     | 114                              |
|                                         |                              |                                  |                        |                                  |

Ответственный за питание



Чулкова Т.В.