


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ №162  
 А. М. Леонтьева


**МЕНЮ**  
 Дети свыше 3 лет  
 20.01.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	200г	294.2
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50г	190.585
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Суп гороховый Н	200г	141.1
	Биточек из курицы Н	75г	126.4
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Картофель отварной в молоке Н	120г	151.92
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	30г	201.429
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Компот из вишни	200г	43.1
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Капуста тушеная	200г	162.4
У Ж И Н	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	30г	201.429

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ №162  
 А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
**О В З (3-7 лет)**  
**20.01.2022**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	200г	294.2	
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50г	190.585	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	150г	34.5	
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	60г	11.5	
	Суп гороховый Н	200г	141.1	
	Биточек из курицы Н	75г	126.4	
	Соус белый основной Н	20г	13.1	
	Картофель отварной в молоке Н	120г	151.92	
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2	
	Хлеб пшеничный	30г	201.429	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	ПОЛДНИК	Компот из вишни	200г	43.1
		Вафли	20г	163.334
У Ж И Н	Капуста тушеная	200г	162.4	
	Напиток из шиповника	200г	61.3	
	Хлеб пшеничный	30г	201.429	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ №162  
А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**20.01.2022**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	150г	220.65
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	45г	171.527
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	Суп гороховый Н	150г	105.825
	Биточек из курицы Н	60г	101.12
	Соус белый основной Н	10г	6.55
	Картофель отварной в молоке Н	100г	126.6
	Компот из смеси сухофруктов Н	150г	69.9
	Хлеб пшеничный	30г	201.429
	Хлеб ржаной	30г	89.1
ПОЛДНИК	Компот из вишни	150г	32.325
	Вафли	20г	163.334
УЖИН	Капуста тушеная	150г	121.8
	Напиток из шиповника	150г	45.975
	Хлеб пшеничный	30г	201.429

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)