

  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ №162  
А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
**О В З (3-7 лет)**  
**12.01.2022**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	200г	222.3
	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	50г	154.546
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
ЗАВТРАК № 2	Груша свежая	150г	142.5
О Б Е Д	Морковь отварная дольками Н	60г	37.6
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из говядины Н	75г	209
	Соус красный основной Н	20г	14.72
	Горошница Н	130г	177.494
	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Хлеб пшеничный	30г	201.429
	Хлеб ржаной	30г	89.1
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	62
	Печенье сахарное	20г	278
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	120г	210
	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Хлеб пшеничный	30г	201.429

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МБОУ СОШ №162

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети свыше 3 лет  
12.01.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	200г	222.3
	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	50г	154.546
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
О Б Е Д	Морковь отварная дольками Н	60г	37.6
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из говядины Н	75г	209
	Соус красный основной Н	20г	14.72
	Горошница Н	130г	177.494
	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Хлеб пшеничный	30г	201.429
	Хлеб ржаной	30г	89.1
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	62
	Печенье сахарное	20г	278
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	120г	210
	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Хлеб пшеничный	30г	201.429

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ СОШ №162

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**12.01.2022**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	150г	166.725
	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	40г	123.637
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4
ЗАВТРАК № 2	Груша свежая	100г	95
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	30г	18.8
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	150г	69.255
	Шницель из говядины Н	60г	167.2
	Соус красный основной Н	10г	7.36
	Горошница Н	100г	136.534
	Компот из яблок Н	150г	31.125
	Хлеб пшеничный	30г	201.429
	Хлеб ржаной	30г	89.1
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	180г	55.8
	Печенье сахарное	20г	278
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая Н	100г	175
	Молоко кипяченое	150г	76.5
	Хлеб пшеничный	30г	201.429

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)