



Утверждаю
 Меню на 01 мая 2022 г.

Директор ГБОУ СОП № 3
 Для г. Октябрьск
 Документ
 Шарова Л.Ю.

№3	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	146	133.96
	2) Чай с молоком	171	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	40/15	85.85
2-й завтрак	Сок	150	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	25	25.30
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	110	122.31
	3) Плов из говядины	115	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	50	102.00
Уютный напиток	1) Сырники из творога, соус молочный	110/15	196.89
	2) Кисломолочный напиток	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	40	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	10	95.13
	5) Фрукт (яблоко)	90	40.71
Всего:			1361.26



Утверждаю
 Меню на 01 мая 2022 г.

Директор ГБОУ СОП № 3
 Для г. Октябрьск
 Документ
 Шарова Л.Ю.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	195	188.70
	2) Чай с молоком	170	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	36/16	115.85
2-й завтрак	Сок	173	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	42	42.16
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	160	179.73
	3) Плов из говядины	180	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	58	132.00
Уютный напиток	1) Сырники из творога, соус молочный	125/20	268.18
	2) Кисломолочный напиток	162	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	43	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	19	184.43
	5) Фрукт (яблоко)	100	40.71
Всего:			1846.55