



Утверждаю
И.о. директор ГБОУ СОШ № 3
Октябрьск
Фомичева С.В.

Меню на 11 июля 2022 г.

№6	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	173.94
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	42/24	115.85
2-й завтрак	Сок	156	90.60
Обед	1) Салат из свеклы	45	40.73
	2) Суп с рыбными консервами	180	170.37
	3) Рагу овощное, соус томатный	160	
	4) Компот из сушеных фруктов	180	202.47
	5) Хлеб ржаной	46	85.56
Уплотненный полдник	1) Рыба тушеная с овощами	150	256.57
	2) Кисломолочный напиток	145	88.34
	3) Хлеб пшеничный	41	86.86
	4) Фрукты (яблоко)	100	90.60
	5) Кондитерские изделия (печенье)	27	108.60

Всего: 1801.13