



Утверждаю  
И.О. директора ГБОУ СОШ № 3  
г. Октябрьск  
Фомичева С.В.

Меню на 14 июля 2022г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Макароны изделия отварные с маслом, кабачковая икра	80/35	113.92
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/5	109.89
2-й завтрак	Сок	150	70.12
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	30	26.64
	2) Свекольник с мясом и со сметаной	150	126.61
	3) Голубцы ленивые	160	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотнительный полдник	1) Омлет натуральный	120	221.63
	2) Хлеб пшеничный	35	65.15
	3) Кисломолочный напиток	155	67.26
	4) Фрукты (яблоко)	95	40.71
			95.13

Всего: 1304.87

С.В. Фомичева  
 И.о. директора ГБОУ СОШ № 3  
 Октябрьск  
 Фомичева С.В.



**Меню на 14 июля 2022г.**

<b>№9</b>	<b>Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорий ность</b>
<b>Завтрак</b>	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	110/45	150.45
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с сыром	36/7	151.10
<b>2-й завтрак</b>	Сок	153	89.03
<b>Обед</b>	1) Салат из горошка зеленого консервированного	45	40.73
	2)Свекольник с мясом и со сметаной	180	167.20
	3)Голубцы ленивые	180	232.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	51	132.00
<b>Уплотненный полдник</b>	1) Омлет натуральный	130	221.63
	2) Хлеб пшеничный	44	86.86
	3) Кисломолочный напиток	166	88.34
	4) Фрукты (яблоко)	100	40.71
<b>Всего:</b>			<b>184.43</b>

**Всего: 1615.57**