

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



Меню на 19 июля 2022 г.

№2	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	130	122.92
	2) Кофейный напиток с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/5	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	95	72.15
Обед	1) Салат из репчатого лука	25	20.00
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	150	109.30
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	50/15/100	203.44
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	150	275.30
	2) Кисломолочный напиток	145	
	3) Хлеб пшеничный	30	67.26
	4) Ватрушка с творогом	45	65.15
			92.40

Всего: 1431.56

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

Меню на 19 июля 2022 г.

№2	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	140	153.45
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с сыром	40/7	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	100	90.60
Обед	1) Салат из репчатого лука	45	33.33
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	180	150.10
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	60/20/120	237.01
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	48	132.00
Уплотнительный полдник	1) Макароны отварные с сыром	180	333.84
	2) Кисломолочный напиток	153	
	3) Хлеб пшеничный	37	88.34
	4) Ватрушка с творогом	65	86.86
			129.35

Всего: 1820