



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

Меню на 20 июля 2022 г.

№3	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	133.96
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	30/15	85.85
2-й завтрак	Сок	150	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	25	25.30
	2) Суп с рыбными консервами	150	122.31
	3) Рагу овощное, соус томатный	130	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный	120/15	196.89
	2) Кисломолочный напиток	140	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (печенье)	20	95.44

Всего: 1320.86

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



Меню на 20 июля 2022г.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
<i>Завтрак</i>	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	188.70
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	39/17	115.85
<i>2-й завтрак</i>	Сок	165	89.03
<i>Обед</i>	1) Салат из свеклы с яблоками	45	42.16
	2) Суп с рыбными консервами	180	179.73
	3) Рагу овощное, соус томатный	180	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	47	132.00
<i>Уплотненный полдник</i>	1) Сырники из творога, соус молочный	130/20	268.18
	2) Кисломолочный напиток	151	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	39	86.86
	4) Кондитерские изделия (печенье)	27	95.44

Всего: 1716.85