

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



Меню на 26 июля 2022г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	115.02
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/7	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	95	72.15
Обед	1) Салат из свежих огурцов	25	30.73
	2) Суп «Харчо» с мясом птицы	150	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	50/100	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	130	180.80
	2) Кисломолочный напиток	145	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	15	114.40

Всего: 1404.10



Утверждаю  
И.о. директора ГБОУ СОШ № 3  
Е.о. Октябрьск  
Фромина С.В.

Меню на 26 июля 2022 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	180	158.69
	2) Какао с молоком	180	140.21
	3) Бутерброд с сыром	38/10	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	100	90.60
Обед	1) Салат из свежих огурцов	45	40.73
	2) Суп «Харчо» с мясом птицы	180	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	60/120	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	46	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	140	271.92
	2) Кисломолочный напиток	152	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	37	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	15	184.43

Всего: 1804.15