

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 3
 Г.о. Октябрьск
 Шатрова Л.Ю.

Меню на 01 сентября 2022 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	117.96
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	30/5/5	105.85
2-й завтрак	Сок	150	72.15
Обед	1) Кабачковая икра	27	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	150	126.61
	2) Рулет с луком и яйцом, макаронные изделия отварные с маслом	50/100	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	100	230.00
	2) Кисломолочный напиток	130	67.25
	3) Хлеб пшеничный	25	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	20	95.44

Всего: 1398



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
г. Орёл
Шатрова Л.Ю.

Меню на 01 сентября 2022 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	177.96
	2) Какао с молоком	180	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	34/7/6	115.85
2-й завтрак	Сок	158	90.60
Обед	1) Кабачковая икра	45	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	180	147.20
	2) Рулет с луком и яйцом, макаронные изделия отварные с маслом	60/120	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	39	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	120	265.60
	2) Кисломолочный напиток	133	88.34
	3) Хлеб пшеничный	24	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	18	95.44

Всего: 1706.84