



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
г. Октябрьск
Шагрова Л.Ю.

Меню на 21 сентября 2022 г.

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель на сгущенном молоке	150	138.56
	2) Кофейный напиток на сгущенном молоке	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	30/5/9	83.39
2-й завтрак	Сок	150	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	27	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	126.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	50/100	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	70	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Кисломолочный напиток	160	67.26
	5) Фрукты (яблоко)	95	72.15
Всего:			1270.142



Утверждаю
Директор ГБОУ ССОИ № 3
Для г. о. Октябрьск
Шатрова Л.Ю.

Меню на 21 сентября 2022г

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель на сгущенном молоке	180	193.94
	2) Кофейный напиток на сгущенном молоке	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	37/13/7	107.61
2-й завтрак	Сок	154	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	45	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	159.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	60/120	252.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	44	132.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	90	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	49	86.86
	4) Кисломолочный напиток	171	88.34
	5) Фрукты (яблоко)	100	72.15
Всего:			1683.44