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

Меню на 22 сентября 2022г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, зеленый горошек консервированный	80/25	113.92
	2) Чай на сгущенном молоке	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/9	109.89
2-й завтрак	Сок	150	70.12
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	27	26.64
	2)Свекольник с мясом и со сметаной	150	126.61
	3)Голубцы ленивые	160	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	120	221.63
	2) Хлеб пшеничный	30	67.26
	3) Кисломолочный напиток	150	40.71
	4) Фрукты (яблоко)	95	95.13
		Всего:	**1304.87**

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

Меню на 22 сентября 2022г.

№9	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, зеленый горошек консервированный	100/45	150.45
	2) Чай на сгущенном молоке	180	148.45
	3) Бутерброд с сыром	38/11	151.10
2-й завтрак	Сок	164	89.03
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	45	40.73
	2)Свекольник с мясом и со сметаной	180	167.20
	3)Голубцы ленивые	170	232.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	43	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	130	221.63
	2) Хлеб пшеничный	36	88.34
	3) Кисломолочный напиток	164	40.71
	4) Фрукты (яблоко)	100	184.43
	Всего:		**1615.57**