



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

Меню на 03 октября 2022 г.

№6	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная жидкая	150	137.66
	2) Чай	160	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	30/17	85.85
2-й завтрак	Сок	150	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	27	30.73
	2) Суп с рыбными консервами	150	110.05
	3) Рагу овощное, соус томатный	120	181.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
Уплотненный полдник	1) Рыба тушеная с овощами	120	168.48
	2) Кисломолочный напиток	160	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Фрукты (яблоко)	95	72.15
	5) Кондитерские изделия (печенье)	15	95.44

Всего: 1398.30

