



Меню на 13 октября 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	30/5/7	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
	3) 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
Уплотненные и полдник	1) Пудинг из творога с рисом, соус молочный (сладкий)	110/15	230.00
	2) Кисломолочный напиток	140	67.25
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	20	95.44

Всего: 1398

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



Меню на 13 октября 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	38/7/9	115.85
2-й завтрак	Сок	164	90.60
Обед	1) Кабачковая икра	40	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	180	147.20
	3) 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	50	132.00
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом, соус молочный (сладкий)	130/25	265.60
	2) Кисломолочный напиток	150	88.34
	3) Хлеб пшеничный	36	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	20	95.44

Всего: 1706.84