



Утверждаю
И.о. директора ГБОУ СОШ № 3
г. Октябрьск
Ларинчук Е.А.

Меню на 14 ноября 2022 г.

№б	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	137.66
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	35/18	85.85
2-й завтрак	Сок	170	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	27	30.73
	2) Суп с рыбными консервами	150	110.05
	3) Рагу овощное, соус томатный	130	181.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
Уплотненный полдник	1) Рыба тушеная с овощами	130	168.48
	2) Кисломолочный напиток	185	67.26
	3) Хлеб пшеничный	35	65.15
	4) Фрукты (яблоко)	170	72.15
	5) Кондитерские изделия (печенье)	50	95.44

Всего: 1398.30



Утверждаю
И.О. директора ГБОУ СОШ № 3
Г.О. Октябрьск
Ладинчук Е.А.

Меню на 14 ноября 2022 г.

№б	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	173.94
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	42/25	115.85
2-й завтрак	Сок	180	90.60
Обед	1) Салат из свеклы	45	40.73
	2) Суп с рыбными консервами	180	170.37
	3) Рагу овощное, соус томатный	150	
	4) Компот из сушеных фруктов	180	202.47
	5) Хлеб ржаной	55	85.56
			132.00
Уплотненный полдник	1) Рыба тушеная с овощами	150	256.57
	2) Кисломолочный напиток	193	88.34
	3) Хлеб пшеничный	47	86.86
	4) Фрукты (яблоко)	174	90.60
	5) Кондитерские изделия (печенье)	52	108.60

Всего: 1801.13