



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

Меню 05 декабря 2022 г.

№1	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель на молоке	180	193.94
	2) Какао на молоке	180	140.21
	3) Бутерброд с маслом	41/7	115.03
2-й завтрак	Сок	170	89.03
Обед	1) Кабачковая икра	55	59.40
	2) Суп с рыбными консервами	180	
	3) Тефтели рыбные тушёные, соус томатный с овощами, макаронные изделия отварные с маслом	50/17/90	162.47 199.57
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	60	132.00
Уплотнительный полдник	1) Вареники ленивые	130	331.60
	2) Кисломолочный напиток	208	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	40	86.86
	4) Фрукты	135	90.60

**Всего:**

**1710.13**



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

Меню 05 декабря 2022 г.

№1	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель на молоке	160	138.56
	2) Какао на молоке	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом	35/5	85.85
2-й завтрак	Сок	160	70.12
Обед	1) Кабачковая икра	40	35.64
	2) Суп с рыбными консервами	160	
	3) Тефтели рыбные тушёные, соус томатный с овощами, макаронные изделия отварные с маслом	45/15/80	102.47 184.23
	4) Компот из сушеных фруктов	160	65.56 102.00
	5) Хлеб ржаной	45	
Уплотненный полдник	1) Вареники ленивые	120	211.75
	2) Кисломолочный напиток	200	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	33	65.15
	4) Фрукты	130	72.15

Всего: 1319.31