



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

Меню

| №1 | Наименование блюда От 1.5 до 3х лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------|--|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Вермишель на молоке | 150 | 138.56 |
| | 2) Какао на молоке | 160 | 126.19 |
| | 3) Бутерброд с маслом | 35/5 | 85.85 |
| 2-й завтрак | Сок | 180 | 70.12 |
| Обед | 1) Кабачковая икра | 30 | 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 | 150 | 65.56 102.00 |
| | 5) Хлеб ржаной | 49 | |
| Уплотненный полдник | 1) Вареники ленивые | 120 | 211.75 |
| | 2) Кисломолочный напиток | 160 | 67.26 |
| | 3) Хлеб пшеничный (батон) | 40 | 65.15 |
| | 4) Фрукты | 130 | 72.15 |

Всего: 1319.31



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

Меню

2022 г.

| №1 | Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------|--|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Вермишель на молоке | 160 | 193.94 |
| | 2) Какао на молоке | 180 | 140.21 |
| | 3) Бутерброд с маслом | 39/7 | 115.03 |
| 2-й завтрак | Сок | 200 | 89.03 |
| Обед | 1) Кабачковая икра | 44 | 59.40 |
| | 2) Суп с рыбными консервами | 180 | |
| | 3) Тефтели рыбные тушёные, соус томатный с овощами, макаронные изделия отварные с маслом | 50/15/90 | 162.47 199.57 |
| | 4) Компот из сушеных фруктов | 180 | 85.56 |
| | 5) Хлеб ржаной | 53 | 132.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Вареники ленивые | 130 | 331.60 |
| | 2) Кисломолочный напиток | 187 | 88.34 |
| | 3) Хлеб пшеничный (батон) | 47 | 86.86 |
| | 4) Фрукты | 137 | 90.60 |

Всего:

1710.13