

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

Меню на 13 января 2023 г.

| №5 | Наименование блюда От 1.5 до 3х лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------|---|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Каша манная с маслом | 150 | 137.96 |
| | 2) Кофейный напиток с молоком | 160 | 126.19 |
| | 3) Бутерброд с маслом | 35/5 | 85.85 |
| 2-й завтрак | Сок | 170 | 70.12 |
| Обед | 1) Салат из белокочанной капусты | 30 | 30.73 |
| | 2) Борщ с капустой свежей и со сметаной | 150 | 138.61 |
| | 3) Тефтели мясные, каша гречневая рассыпчатая с маслом, соус томатный | 50/100/20 | 182.66 |
| | 4) Кисель из кураги | 150 | 48.00 |
| | 5) Хлеб ржаной | 43 | 102.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Птица (курица) отварная, макаронные изделия отварные с маслом | 60/100 | 153.45 |
| | 2) Хлеб пшеничный | 30 | 65.15 |
| | 3) Кисломолочный напиток | 70 | 67.26 |
| | 4) Сдоба обыкновенная | 50 | 72.15 |

Всего:

1339.85

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



Меню на 13 января 2023 г.

| №5 | Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------|---|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Каша манная с маслом | 180 | 177.96 |
| | 2) Кофейный напиток с молоком | 180 | 156.19 |
| | 3) Бутерброд с маслом | 44/7 | 115.85 |
| 2-й завтрак | Сок | 180 | 89.03 |
| Обед | 1) Салат из белокочанной капусты | 50 | 40.73 |
| | 2) Борщ с капустой свежей и со сметаной | 180 | 159.61 |
| | 3) Тефтели мясные, каша гречневая рассыпчатая с маслом, соус томатный | 60/120/20 | 252.47 |
| | 4) Кисель из кураги | 180 | 48.19 |
| | 5) Хлеб ржаной | 50 | 132.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Птица (курица) отварная, макаронные изделия отварные с маслом | 70/120 | 153.45 |
| | 2) Хлеб пшеничный | 39 | 86.86 |
| | 3) Кисломолочный напиток | 72 | 88.34 |
| | 4) Сдоба обыкновенная | 70 | 90.60 |

Всего:

1712.55