



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

Меню на 01 марта 2023 г.

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	138.56
	2) Кофейный напиток с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	30/4/10	83.39
2-й завтрак	Сок	170	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	30	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	126.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	50/100	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотнительный полдник	1) Винегрет овощной	80	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Кисломолочный напиток	160	67.26
	5) Фрукты (яблоко)	142	72.15

Всего: 1270.142



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

Меню на 01 марта 2023 г.

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	180	193.94
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	40/7/14	107.61
2-й завтрак	Сок	182	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	50	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	159.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	60/120	252.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	47	132.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	100	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	37	86.86
	4) Кисломолочный напиток	168	88.34
	5) Фрукты (яблоко)	143	72.15

Всего: **1683.44**