



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

Меню на 23 марта 2023 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	117.96
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	32/4/10	105.85
2-й завтрак	1) Сок	172	72.15
	2) Кондитерские изделия (вафли)	39	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	30	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	150	126.61
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	160	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	42	102.00
Уплотненный и полдник	1) Картофель в молоке	130	230.00
	2) Кисломолочный напиток	172	67.25
	3) Хлеб пшеничный	32	65.15
	4) Ватрушка с творогом	50	145.44

Всего: 1515.43

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

Меню на 23 марта 2023 г. Для документов

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	177.96
	2) Какао с молоком	180	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	42/7/13	115.85
2-й завтрак	1) Сок	178	90.60
	2) Кондитерские изделия (вафли)	39	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	50	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	180	147.20
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	180	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	55	132.00
Уплотненн ый полдник	1) Картофель в молоке	150	265.60
	2) Кисломолочный напиток	1878	88.34
	3) Хлеб пшеничный	42	86.86
	4) Ватрушка с творогом	70	165.44

Всего: 1872.28