

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

Меню на 27 марта 2023 г.

№6	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Жалорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	137.66
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	30/18	85.85
2-й завтрак	Сок	167	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	30	30.73
	2) Суп с рыбными консервами	150	110.05
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	160	181.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотнительный полдник	1) Рыба, тушеная с овощами	130	168.48
	2) Кисломолочный напиток	155	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Фрукты (груша)	190	72.15
	5) Кондитерские изделия (вафли)	38	95.44

Всего: 1398.30



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

Меню на 27 марта 2023 г.

№6	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
<i>Завтрак</i>	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	173.94
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	35/24	115.85
<i>2-й завтра</i>	Сок	174	90.60
<i>Обед</i>	1) Салат из свеклы	50	40.73
	2) Суп с рыбными консервами	180	170.37
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	180	202.47
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	46	132.00
<i>Уплотненный полдник</i>	1) Рыба, тушенная с овощами	150	256.57
	2) Кисломолочный напиток	161	88.34
	3) Хлеб пшеничный	38	86.86
	4) Фрукты (груша)	191	90.60
	5) Кондитерские изделия (вафли)	39	108.60

Всего: 1801.13