



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

Меню на 03 мая 2023г.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	188.70
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	38/22	115.85
2-й завтрак	Сок	184	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	58	42.16
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	186	179.73
	3) Плов из говядины	181	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	52	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	170	268.18
	2) Кисломолочный напиток	184	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	40	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	43	95.44

Всего: 1716.85



Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 3

г. о Октябрьск

Шатрова Л.Ю.

Меню на 03 мая 2023 г.

№3	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	133.96
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	30/17	85.85
2-й завтрак	Сок	174	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	42	25.30
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	157	122.31
	3) Плов из говядины	162	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	42	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	150	196.89
	2) Кисломолочный напиток	174	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	42	95.44

Всего: 1320.86