

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

Меню на 23 мая 2023 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	115.02
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	41	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	188	72.15
Обед	1) Салат из свежих огурцов	25	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	151	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	162	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	148	180.80
	2) Кисломолочный напиток	163	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	42	114.40

Всего: 1404.10



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

Меню на 23 мая 2023 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	177	158.69
	2) Какао с молоком	178	140.21
	3) Бутерброд с сыром	51	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	188	90.60
Обед	1) Салат из свежих огурцов	39	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	182	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	181	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	50	132.00
Уплотнительный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	167	271.92
	2) Кисломолочный напиток	166	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	36	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	42	184.43

Всего: 1804.15