

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



Меню на 30 мая 2023

№2	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	130	122.92
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом	35	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	157	72.15
Обед	1) Салат из репчатого лука	30	20.00
	2) Суп картофельный с бобовыми	150	109.30
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	160	203.44
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	152	275.30
	2) Кисломолочный напиток	152	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Ватрушка с творогом	50	92.40

Всего: 1431.56

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 3
 г. о. Октябрьск
 Д.Натрова Л.Ю.
 документ

Меню на 30 мая 2023 г.

№2	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	139	153.45
	2) Чай с молоком	179	148.45
	3) Бутерброд с маслом	39	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	158	90.60
Обед	1) Салат из репчатого лука	50	33.33
	2) Суп картофельный с бобовыми	180	150.10
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	180	237.01
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	43	132.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	174	333.84
	2) Кисломолочный напиток	156	88.34
	3) Хлеб пшеничный	30	86.86
	4) Ватрушка с творогом	70	129.35

Всего: 1820