



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

Меню на 03 июля 2023 г.

№6	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	137.66
	2) Чай с молоком	161	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	42	85.85
2-й завтрак	Сок	172	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	31	30.73
	2) Суп с рыбными консервами	154	110.05
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	163	181.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушенная с овощами	133	168.48
	2) Кисломолочный напиток	140	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Фрукты (яблоко)	120	72.15
	5) Кондитерские изделия (вафли)	43	95.44

Всего: 1398.30



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

Меню на 03 июня 2023 г.

№6	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Застрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	173.94
	2) Чай с молоком	181	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	47	115.85
2-й застра	Сок	180	90.60
Обед	1) Салат из свеклы	51	40.73
	2) Суп с рыбными консервами	185	170.37
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	184	202.47
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	45	132.00
Уплатенный полдник	1) Рыба, тушенная с овощами	154	256.57
	2) Кисломолочный напиток	143	88.34
	3) Хлеб пшеничный	37	86.86
	4) Фрукты (яблоко)	121	90.60
	5) Кондитерские изделия (вафли)	43	108.60

Всего: 1801.13