

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

Меню на 04 июля 2023 г. Для



№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	39	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	116	72.15
Обед	1) Салат из свежих огурцов	26	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	147	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	156	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	148	180.80
	2) Кисломолочный напиток	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (печенье)	51	114.40

Всего: 1404.10

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

Меню на 04 июля 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)	117	90.60
Обед	1) Салат из свежих огурцов	35	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	175	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	176	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	42	132.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	177	271.92
	2) Кисломолочный напиток	156	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	36	86.86
	4) Кондитерские изделия (печенье)	51	184.43

Всего: 1804.15