



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

Меню на 05 июля 2023 г.

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	138.56
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	45	83.39
2-й завтрак	Сок	156	70.12
Обед	1) Огурцы порционно	19	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам	146	126.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	155	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	72	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кисломолочный напиток	146	67.26
	5) Фрукты (яблоко)	112	72.15

Всего: 1270.142



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

Меню на 05 июля 2023 г.

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	177	193.94
	2) Чай с молоком	183	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	55	107.61
2-й завтрак	Сок	162	89.03
Обед	1) Огурцы порционно	20	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам	177	159.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	176	252.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	40	132.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	97	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	86.86
	4) Кисломолочный напиток	151	88.34
	5) Фрукты (яблоко)	113	72.15

Всего: 1683.44