

Утверждаю
И. о. директора ГБОУ СОШ № 3
г. о. Октябрьск
Сычева А.В.



Меню на 11 июля 2023 г.

№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)	145	72.15
Обед	1) Салат из репчатого лука	30	20.00
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	152	109.30
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	159	203.44
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	41	102.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	155	275.30
	2) Кисломолочный напиток	140	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Фрукты (яблоко)	145	92.40

Всего: 1431.56

Утверждаю
И. о. директора ГБОУ СОШ № 3
г. о. Октябрьск
Сычева А.В.

Меню на 11 июля 2023 г.

№2	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	138	153.45
	2) Чай с молоком	179	148.45
	3) Бутерброд с маслом	44	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	145	90.60
Обед	1) Салат из репчатого лука	48	33.33
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	181	150.10
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	178	237.01
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	51	132.00
Уплотненны й полдник	1) Макароны отварные с сыром	176	333.84
	2) Кисломолочный напиток	145	88.34
	3) Хлеб пшеничный	36	86.86
	4) Фрукты (яблоко)	145	129.35

Всего: 1820