



Утверждаю

Директора ЕБОУ СОШ № 3

г. Ойура-Бай

Сычева А.В.

Меню на 14 июля 2023 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	117.96
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	45	105.85
2-й завтрак	1) Сок	162	72.15
	2) Кондитерские изделия (печенье)	43	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	32	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	153	126.61
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, рис отварной	162	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	41	102.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке	130	230.00
	2) Кисломолочный напиток	162	67.25
	3) Хлеб пшеничный	32	65.15
	4) Фрукты (яблоко)	139	145.44

Всего:

1515.43



Утверждаю

И.о. директора ГБОУ СОШ № 3

г. Октябрьск

Сычева А.В.

Меню на 13 ноября 2023 г.

№	Наименование блюд От 3х лет до 7ми лет	Вес порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	179	177.96
	2) Какао с молоком	179	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	57	115.85
2-й завтрак	1) Сок	172	90.60
	2) Кондитерские изделия (печенье)	43	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	52	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	174	147.20
	3) Рыба запеченная в сметанном соусе, рис отварной	173	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	51	132.00
Уплотнительный полдник	1) Картофель в молоке	150	265.60
	2) Кисломолочный напиток	172	88.34
	3) Хлеб пшеничный	42	86.86
	4) Фрукты (яблоко)	139	165.44

Всего:

1872.28