

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

Меню на 20 июня 2023 г.

№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	41	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	185	72.15
Обед	1) Салат из свежих огурцов	24	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	145	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	154	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	150	180.80
	2) Кисломолочный напиток	140	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (печенье)	52	114.40
Всего:			1404.10

Утверждаю
Директор ГБОУ СОИЦ № 3
г. Октябрьск
Иштрова Л.Ю.

Меню на 20 июня 2023 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	180	158.69
	2) Какао с молоком	180	140.21
	3) Бутерброд с сыром	52	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	186	90.60
Обед	1) Салат из свежих огурцов	34	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	174	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	173	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	46	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	163	271.92
	2) Кисломолочный напиток	149	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	86.86
	4) Кондитерские изделия (печенье)	53	184.43

Всего: 1804.15