

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



Меню на 21 июня 2023 г

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Застрак	1) Вермишель в молоке	150	138.56
	2) Чай с молоком	162	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	45	83.39
2-й застрак	Сок	180	70.12
Обед	1) Огурцы порционно	30	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам	142	126.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	151	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	80	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кисломолочный напиток	140	67.26
	5) Фрукты (яблоко)	183	72.15

Всего: 1270.142

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

Меню на 21 июня 2023 г.

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	180	193.94
	2) Чай с молоком	182	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	55	107.61
2-й завтрак	Сок	186	89.03
Обед	1) Огурцы порционно	31	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам	171	159.61
	3) Печень тушенная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	170	252.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	45	132.00
Уплотнени й полдник	1) Винегрет овощной	100	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	86.86
	4) Кисломолочный напиток	149	88.34
	5) Фрукты (яблоко)	184	72.15

Всего: 1683.44