

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



Меню на 29 июня 2023 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	151	117.96
	2) Какао с молоком	162	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	37	105.85
2-й завтрак	1) Сок	160	72.15
	2) Кондитерские изделия (печенье)	38	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	30	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	146	126.61
	3) Рыба запеченная в сметанном соусе, рис отварной	157	182.66
	4) Компот из свежих плодов	151	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке	135	230.00
	2) Кисломолочный напиток	140	67.25
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Фрукты (яблоко)	118	145.44

Всего: 1515.43

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

Меню на 29 июня 2023 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшенная молочная жидкая	181	177.96
	2) Какао с молоком	182	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	43	115.85
2-й завтрак	1) Сок	163	90.60
	2) Кондитерские изделия (печенье)	38	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	48	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	176	147.20
	3) Рыба запеченная в сметанном соусе, рис отварной	176	252.47
	4) Компот из свежих плодов	181	57.60
	5) Хлеб ржаной	41	132.00
Уплотнен ный полдник	1) Картофель в молоке	156	265.60
	2) Кисломолочный напиток	141	88.34
	3) Хлеб пшеничный	33	86.86
	4) Фрукты (яблоко)	119	165.44

Всего: 1872.28