

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



Меню на 18 июля 2023 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	152	115.02
	2) Какао с молоком	162	126.19
	3) Бутерброд с сыром	38	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	133	72.15
Обед	1) Салат из свежих огурцов	26	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) Макароны отварные с сыром	149	180.80
	2) Кисломолочный напиток	142	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (печенье)	43	114.40
Всего:			1404.10

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



Меню на 18 июля 2023 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	182	158.69
	2) Какао с молоком	182	140.21
	3) Бутерброд с сыром	46	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	134	90.60
Обед	1) Салат из свежих огурцов	28	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	44	132.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	170	271.92
	2) Кисломолочный напиток	148	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	32	86.86
	4) Кондитерские изделия (печенье)	44	184.43

Всего: 1804.15