



Утверждаю
И.О. директора ФБОУ СОШ № 3
г. Октябрьск
Сергеева А.В.

Меню на 19 июля 2023 г.

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса	Калорий
		порции	ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	138.56
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	43	83.39
2-й завтрак	Сок	146	70.12
Обед	1) Огурцы порционно	22	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам	152	126.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	157	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	42	102.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	85	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кисломолочный напиток	146	67.26
	5) Фрукты (груши)	153	72.15

Всего: 1270.142

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



Меню на 19 июля 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	179	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	52	107.61
2-й завтрак	Сок	154	89.03
Обед	1) Огурцы порционно	23	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам	181	159.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	176	252.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	53	132.00
Учлотенный полдник	1) Винегрет овощной	106	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный (батон)	38	86.86
	4) Кисломолочный напиток	154	88.34
	5) Фрукты (груши)	153	72.15

Всего: 1683.44