



тверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
Для г. о. Октябрьск
документ № _____
Натрова Л.Ю.

Меню на 01 августа 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	42	109.89
2-й завтрак	Фрукты (груша)	57	72.15
Обед	1) Салат из свежих огурцов	22	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	157	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	163	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)	151	180.80
	2) Кисломолочный напиток	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	50	114.40
Всего:			1404.10

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

Меню на 01 августа 2023 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	179	158.69
	2) Какао с молоком	179	140.21
	3) Бутерброд с сыром	53	151.10
2-й завтрак	Фрукты (груша)	58	90.60
Обед	1) Салат из свежих огурцов	43	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	186	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	184	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	47	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	170	271.92
	2) Кисломолочный напиток	155	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	38	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	51	184.43

Всего: 1804.15