



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

**Меню** на 09 августа 2023 г.

<b>№3</b>	<b>Наименование блюда От 1.5 до 3х лет</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорий ность</b>
<b>Завтрак</b>	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	133.96
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	50	85.85
<b>2-й завтрак</b>	Сок	172	70.12
<b>Обед</b>	1) Салат из свеклы с яблоками	32	25.30
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	154	122.31
	3) Плов из говядины	163	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
<b>Уплотненный полдник</b>	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	152	196.89
	2) Кисломолочный напиток	172	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	34	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	51	95.44
	5) Фрукты (яблоко)	105	72.15

**Всего: 1393.01**

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

Меню на 09 августа 2023г.



№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	188.70
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	66	115.85
2-й завтрак	Сок	179	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	51	42.16
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	183	179.73
	3) Плов из говядины	183	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	55	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	173	268.18
	2) Кисломолочный напиток	179	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	43	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	51	95.44
	5) Фрукты (яблоко)	105	90.60

Всего: 1807.46