



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

Меню на 10 августа 2023 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	117.96
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	47	105.85
2-й завтрак	1) Сок	176	72.15
	2) Кондитерские изделия (печенье)	51	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	25	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	148	126.61
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	157	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке	130	230.00
	2) Кисломолочный напиток	160	67.25
	3) Хлеб пшеничный	32	65.15
	4) Ватрушка с повидлом	50	145.44
	5) Фрукты (киви)	93	72.15

Всего: 1587.58



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

Меню на 10 августа 2023 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	177.96
	2) Какао с молоком	180	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	62	115.85
2-й завтрак	1) Сок	186	90.60
	2) Кондитерские изделия (печенье)	52	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	38	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	177	147.20
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	177	252.47
	4) Компот из свежих плодов	178	57.60
	5) Хлеб ржаной	55	132.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке	147	265.60
	2) Кисломолочный напиток	164	88.34
	3) Хлеб пшеничный	42	86.86
	4) Ватрушка с повидлом	70	165.44
	5) Фрукты (киви)	93	90.60

Всего: 1962.88