

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

Меню на 14 августа 2023 г.

№6	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	137.66
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	50	85.85
2-й завтрак	Сок	184	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	35	30.73
	2) Суп с рыбными консервами	157	110.05
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	166	181.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушеная с овощами	141	168.48
	2) Кисломолочный напиток	184	67.26
	3) Хлеб пшеничный	45	65.15
	4) Фрукты (яблоко)	110	72.15
	5) Кондитерские изделия (печенье)	26	95.44

Всего: 1398.30



твѣрждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
Г. О. Октябрьск
Шатрова Л.Ю.

Меню на 14 августа 2023 г.

№6	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	173.94
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	65	115.85
2-й завтрак	Сок	193	90.60
Обед	1) Салат из свеклы	55	40.73
	2) Суп с рыбными консервами	188	170.37
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	187	202.47
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	55	132.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушенная с овощами	163	256.57
	2) Кисломолочный напиток	193	88.34
	3) Хлеб пшеничный	55	86.86
	4) Фрукты (яблоко)	111	90.60
	5) Кондитерские изделия (печенье)	27	108.60

Всего: 1801.13