



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

Меню на 16 августа 2023 г

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	153	138.56
	2) Чай с молоком	163	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	47	83.39
2-й завтрак	Сок	187	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	33	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам	157	126.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	166	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	46	102.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	86	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	46	65.15
	4) Кисломолочный напиток	187	67.26
	5) Фрукты (киви)	93	72.15

Всего:

1270.142

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

Меню на 16 августа 2023 г.

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	182	193.94
	2) Чай с молоком	184	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	61	107.61
2-й завтрак	Сок	198	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	52	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам	186	159.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	252.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	56	132.00
Уплотненны й полдник	1) Винегрет овощной	105	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	56	86.86
	4) Кисломолочный напиток	198	88.34
	5) Фрукты (киви)	93	72.15

Всего: 1683.44