



Утверждаю
Директор ФБОУ С ОШ № 3
г. Октябрьск
Шатрова Л.Ю.

Меню на 07 сентября 2023 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	151	117.96
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	49	105.85
2-й завтрак	1) Сок	160	72.15
	2) Кондитерские изделия (печенье)	52	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	30	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	155	126.61
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	163	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	43	102.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке	131	230.00
	2) Кисломолочный напиток	172	67.25
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Ватрушка с повидлом	52	145.44
	5) Фрукты (банан)	200	72.15
Всего:			1587.58

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

Меню на 07 сентября 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	181	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	64	115.85
2-й завтрак	1) Сок	168	90.60
	2) Кондитерские изделия (печенье)	53	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	50	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	185	147.20
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	183	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	53	132.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке	150	265.60
	2) Кисломолочный напиток	182	88.34
	3) Хлеб пшеничный	38	86.86
	4) Ватрушка с повидлом	72	165.44
	5) Фрукты (банан)	200	90.60

Всего: 1962.88