

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

Меню на 22 августа 2023 г.

№2	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	130	122.92
	2) Кофейный напиток с молоком	155	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	55	109.89
2-й завтрак	Фрукты (бананы)	193	72.15
Обед	1) Салат из репчатого лука	25	20.00
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	148	109.30
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	156	203.44
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненны й полдник	1) Макароны отварные с сыром	147	275.30
	2) Кисломолочный напиток	160	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Ватрушка с повидлом	50	92.40

Всего: 1431.56

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

Меню на 22 августа 2023 г.

№2	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	139	153.45
	2) Кофейный напиток с молоком	175	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	67	151.10
2-й завтрак	Фрукты (бананы)	194	90.60
Обед	1) Салат из репчатого лука	46	33.33
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	177	150.10
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	175	237.01
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	42	132.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	166	333.84
	2) Кисломолочный напиток	165	88.34
	3) Хлеб пшеничный	37	86.86
	4) Ватрушка с повидлом	70	129.35

Всего: 1820