

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

Меню на 23 августа 2023 г.

№3	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	133.96 126.19
	2) Чай с молоком	160	85.85
	3) Бутерброд с повидлом	52	
2-й завт пик	Сок	160	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	30	25.30
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	154	122.31
	3) Плов из говядины	163	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	150	196.89
	2) Кисломолочный напиток	170	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	42	95.44
	5) Фрукты (груша)	155	72.15

Всего: 1393.01

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



Меню на 23 августа 2023г.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	178	188.70
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	67	115.85
2-й завтрак	Сок	163	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	50	42.16
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	185	179.73
	3) Плов из говядины	182	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	41	132.00
Уплотнительный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	168	268.18
	2) Кисломолочный напиток	177	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	39	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	43	95.44
	5) Фрукты (груша)	156	90.60

Всего: 1807.46