

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

Меню на 29 августа 2023 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	153	115.02
	2) Какао с молоком	163	126.19
	3) Бутерброд с сыром	46	109.89
2-й завтрак	Фрукты (бананы)	127	72.15
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	25	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	152	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	159	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	142	180.80
	2) Кисломолочный напиток	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	31	65.15
	4) Кондитерские изделия (печенье)	41	114.40

Всего: 1404.10



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

Меню на 29 августа 2023 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	183	158.69
	2) Какао с молоком	183	140.21
	3) Бутерброд с сыром	59	151.10
2-й завтрак	Фрукты (бананы)	128	90.60
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	45	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	183	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	178	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	50	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	163	271.92
	2) Кисломолочный напиток	156	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	41	86.86
	4) Кондитерские изделия (печенье)	42	184.43

Всего: 1804.15