



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

Меню на 11 сентября 2023 г.

№6	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	137.66
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	52	85.85
2-й завтрак	Сок	160	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	33	30.73
	2) Суп с рыбными консервами	150	110.05
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	158	181.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	43	102.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушенная с овощами	136	168.48
	2) Кисломолочный напиток	170	67.26
	3) Хлеб пшеничный	32	65.15
	4) Фрукты (киви)	113	72.15
	5) Кондитерские изделия (вафли)	43	95.44

Всего: 1398.30

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

Меню на 11 сентября 2023 г.

№6	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	173.94
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	67	115.85
2-й завтрак	Сок	162	90.60
Обед	1) Салат из свеклы	48	40.73
	2) Суп с рыбными консервами	176	170.37
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	177	202.47
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	53	132.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушеная с овощами	155	256.57
	2) Кисломолочный напиток	176	88.34
	3) Хлеб пшеничный	42	86.86
	4) Фрукты (киви)	114	90.60
	5) Кондитерские изделия (вафли)	44	108.60

Всего: 1801.13