



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

Меню на 12 октября 2023г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	80/45	113.92
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	35/13	109.89
2-й завтрак	Сок	150	70.12
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	55	26.64
	2)Свекольник с мясом	160	126.61
	3)Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	150	182.66
	4) Компот из свежих плодов	160	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	130	221.63
	2) Хлеб пшеничный	35	67.26
	3) Кисломолочный напиток	150	40.71
	4) Фрукты (яблоко)	180	95.13

Всего: 1304.87



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

Меню на 12 октября 2023г

№9	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	100/54	150.45
	2) Чай с молоком	170	148.45
	3) Бутерброд с сыром	36/18	151.10
2-й завтрак	Сок	157	89.03
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	73	40.73
	2)Свекольник с мясом	180	167.20
	3)Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	170	232.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	50	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	140	221.63
	2) Хлеб пшеничный	39	88.34
	3) Кисломолочный напиток	157	40.71
	4) Фрукты (яблоко)	191	184.43

Всего:

1615.57