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

Меню на 19 октября 2023 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша пшенная молочная жидкая 2) Какао с молоком 3) Бутерброд с маслом и сыром	150 160 48	117.96 126.19 105.85
2-й завтрак	1)Сок 2)Кондитерские изделия (печенье)	172 40	72.15 95.44
Обед	1) Кабачковая икра 2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной 3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной 4) Компот из свежих плодов 5) Хлеб ржаной	33 150 160 150 40	30.73 126.61 182.66 48.00 102.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке 2) Кисломолочный напиток 3) Хлеб пшеничный 4) Ватрушка с повидлом 5) Фрукты (груша)	133 160 30 50 172	230.00 67.25 65.15 145.44 72.15
		Всего:	**1587.58**

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

Меню на 19 октября 2023 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша пшенная молочная жидкая 2) Какао с молоком 3) Бутерброд с маслом и сыром	176 178 57	177.96 156.19 115.85
2-й завтрак	1)Сок 2)Кондитерские изделия (печенье)	182 40	90.60 95.44
Обед	1) Кабачковая икра 2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной 3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной 4) Компот из свежих плодов 5) Хлеб ржаной	52 180 180 180 44	40.73 147.20 252.47 57.60 132.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке 2) Кисломолочный напиток 3) Хлеб пшеничный 4) Ватрушка с повидлом 5) Фрукты (груша)	151 168. 31 70 172	265.60 88.34 86.86 165.44 90.60
		Всего:	**1962.88**