



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

**Меню** на 22 сентября 2023 г.

<b>№5</b>	<b>Наименование блюда От 1.5 до 3х лет</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорий ность</b>
<b>Завтрак</b>	1) Каша манная с маслом	150	137.96
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	30/5/9	85.85
<b>2-й завтрак</b>	Сок	160	70.12
<b>Обед</b>	1) Салат из белокочанной капусты	30	30.73
	2) Борщ с капустой свежей и со сметаной	160	138.61
	3) Тефтели мясные, каша гречневая рассыпчатая с маслом, соус томатный	160	182.66
	4) Кисель из кураги	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	46	102.00
<b>Уплотненный полдник</b>	1) Печень тушеная в сметане, макаронные изделия отварные с маслом	150	153.45
	2) Хлеб пшеничный	30	65.15
	3) Кисломолочный напиток	160	67.26
	4) Сдоба обыкновенная	50	72.15
	5) Фрукты (груша)	200	72.15
<b>Всего:</b>			<b>1412</b>



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

**Меню на 22 сентября 2023 г.**

<b>№5</b>	<b>Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорий ность</b>
<b>Завтрак</b>	1) Каша манная с маслом	180	177.96
	2) Кофейный напиток с молоком	170	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	36/7/13	115.85
<b>2-й завтрак</b>	Сок	162	89.03
<b>Обед</b>	1) Салат из белокочанной капусты	50	40.73
	2) Борщ с капустой свежей и со сметаной	180	159.61
	3) Тефтели мясные, каша гречневая рассыпчатая с маслом, соус томатный	170	252.47
	4) Кисель из кураги	160	48.19
	5) Хлеб ржаной	53	132.00
<b>Уплотненный полдник</b>	1) Печень тушеная в сметане, макаронные изделия отварные с маслом	170	153.45
	2) Хлеб пшеничный	36	86.86
	3) Кисломолочный напиток	162	88.34
	4) Сдоба обыкновенная	70	90.60
	5) Фрукты (груша)	200	90.60

**Всего:**

**1803.15**