

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



Меню 24 октября 2023 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	178	158.69
	2) Какао с молоком	178	140.21
	3) Бутерброд с маслом и сыром	64	151.10
2-й завтрак	1) Фрукты (бананы)	208	90.60
	2) Сок	181	89.03
	3) Кондитерские изделия (печенье)	22	95.44
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	45	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	186	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	185	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	180	
	5) Хлеб ржаной	52	85.56
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	177	271.92
	2) Кисломолочный напиток	169	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	39	86.86
	4) Кондитерские изделия (печенье)	22	184.43

Всего: 1988.62