

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

Меню на 25 октября 2023 г.

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	138.56
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	49	83.39
2-й завтрак	1) Сок	176	70.12
	2) Кондитерские изделия (печенье)	26	95.44
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	41	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам	163	126.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	169	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	44	102.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	88	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	34	65.15
	4) Кисломолочный напиток	176	67.26
	5) Фрукты (груша)	98	72.15

Всего: 1365.58

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



Меню на 25 октября 2023 г.

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	176	193.94
	2) Чай с молоком	179	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	63	107.61
2-й завтрак	1) Сок	186	89.03
	2) Кондитерские изделия (печенье)	27	95.44
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	62	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам	187	159.61
	3) Печень тушенная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	252.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	53	132.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	109	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	45	86.86
	4) Кисломолочный напиток	186	88.34
	5) Фрукты (груша)	99	72.15

Всего: 1778.88

