

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

Меню на 27 сентября 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 | 30/5/9 | 83.39 |
| 2-й завтрак | Сок | 160 | 70.12 |
| Обед | 1) Салат из белокочанной капусты | 30 | 30.73 |
| | 2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам | 150 | 126.61 |
| | 3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом | 160 | 182.66 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 150 | 48.00 |
| | 5) Хлеб ржаной | 35 | 102.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Винегрет овощной | 80 | 157.60 |
| | 2) Яйцо вареное | 40 | 37.45 |
| | 3) Хлеб пшеничный | 30 | 65.15 |
| | 4) Кисломолочный напиток | 150 | 67.26 |
| | 5) Фрукты (груша) | 90 | 72.15 |

Всего:

1270.142



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

Меню на 27 сентября 2023 г.

| №8 | Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------|--|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Вермишель в молоке | 180 | 193.94 |
| | 2) Чай с молоком | 170 | 148.45 |
| | 3) Бутерброд с маслом и сыром | 36/7/14 | 107.61 |
| 2-й завтрак | Сок | 180 | 89.03 |
| Обед | 1) Салат из белокочанной капусты | 50 | 40.73 |
| | 2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам | 180 | 159.61 |
| | 3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом | 180 | 252.07 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 170 | 57.60 |
| | 5) Хлеб ржаной | 48 | 132.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Винегрет овощной | 100 | 166.19 |
| | 2) Яйцо вареное | 40 | 37.45 |
| | 3) Хлеб пшеничный | 36 | 86.86 |
| | 4) Кисломолочный напиток | 154 | 88.34 |
| | 5) Фрукты (груша) | 98 | 72.15 |

Всего: 1683.44