

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

Меню на 28 сентября 2023г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Макароны изделия отварные с маслом, кабачковая икра	80/45	113.92
	2) Чай с молоком	170	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/12	109.89
2-й завтрак	Сок	160	70.12
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	30	26.64
	2) Свекольник с мясом	160	126.61
	3) Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	150	182.66
	4) Компот из свежих плодов	160	48.00
	5) Хлеб ржаной	35	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	130	221.63
	2) Хлеб пшеничный	30	67.26
	3) Кисломолочный напиток	60	40.71
	4) Фрукты (яблоко)	100	95.13

Всего: 1304.87

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

Меню на 28 сентября 2023г.

№9	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	100/58	150.45
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с сыром	34/16	151.10
2-й завтрак	Сок	164	89.03
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	55	40.73
	2)Свекольник с мясом	180	167.20
	3)Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	170	232.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	45	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	140	221.63
	2) Хлеб пшеничный	33	88.34
	3) Кисломолочный напиток	73	40.71
	4) Фрукты (яблоко)	124	184.43

Всего:

1615.57