

Утверждаю
И.о. директора ГБОУ СОШ № 3
г. о. Октябрьск
Лапинчук Е.А.



Меню на 07 ноября 2023 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	115.02
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	49	109.89
2-й завтрак	1) Фрукты (яблоко)	134	72.15
	2) Сок	170	70.12
	3) Кондитерские изделия (печенье)	28	95.44
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	30	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	157	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	165	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	
	5) Хлеб ржаной	40	65.56
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	160	180.80
	2) Кисломолочный напиток	160	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (печенье)	28	114.40

Всего: 1569.66

Утверждаю
И.о. директора ГБОУ СОШ № 3
г. с. Октябрьск
Лафичук Е.А.



Меню 07 ноября 2023 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	180	158.69
	2) Какао с молоком	180	140.21
	3) Бутерброд с маслом и сыром	61	151.10
2-й завтрак	1) Фрукты (яблоко)	135	90.60
	2) Сок	177	89.03
	3) Кондитерские изделия (печенье)	28	95.44
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	49	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	187	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	185	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	180	
	5) Хлеб ржаной	44	85.56
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	178	271.92
	2) Кисломолочный напиток	165	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	33	86.86
	4) Кондитерские изделия (печенье)	28	184.43

Всего: 1988.62