



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

Меню на 09 ноября 2023г

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	131	113.92
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	47	109.89
2-й завтрак	1)Сок	193	70.12
	2)Кондитерские изделия(печенье)	26	95.44
Обед	1) Салат из зеленого горошка консервированного	30	26.64
	2)Свекольник с мясом	156	126.61
	3)Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	167	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	46	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	130	221.63
	2) Бутерброд с сыром	50	95.26
	3) Кисломолочный напиток	170	40.71
	4) Фрукты (бананы)	181	95.13
Всего:			1428.31



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

Меню на 09 ноября 2023г.

№9	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	151	150.45
	2) Чай с молоком	178	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	62	151.10
2-й завтрак	1)Сок	198	89.03
	2)Кондитерские изделия(печенье)	27	95.44
Обед	1) Салат из зеленого горошка консервированного	50	40.73
	2)Свекольник с мясом	183	167.20
	3)Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	185	232.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	55	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	140	221.63
	2) Бутерброд с сыром	62	116.34
	3) Кисломолочный напиток	176	40.71
	4) Фрукты (бананы)	181	184.43

Всего:

1739.01