

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



Меню на 26 октября 2023г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	133	113.92
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	49	109.89
2-й завтрак	1)Сок	179	70.12
	2)Кондитерские изделия (вафли)	41	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	164	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	44	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	131	221.63
	2) Бутерброд с сыром	51	95.26
	3) Кисломолочный напиток	179	40.71
	4) Фрукты (груша)	103	95.13

Всего: 1428.31

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



Меню на 26 октября 2023г

№9	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	154	150.45
	2) Чай с молоком	176	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	65	151.10
2-й завтрак	1)Сок	188	89.03
	2)Кондитерские изделия (вафли)	41	95.44
Обед	1) Салат из зеленого горошка консервированного	48	40.73
	2)Свекольник с мясом	187	167.20
	3)Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	185	232.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	54	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	141	221.63
	2) Бутерброд с сыром	64	116.34
	3) Кисломолочный напиток	188	40.71
	4) Фрукты (груша)	104	184.43

Всего:

1739.01