



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

Меню на 30 октября 2023 г.

№1	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	138.56
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом	38	85.85
2-й завтрак	1) Сок	181	70.12
	2) Кондитерские изделия (вафли)	35	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	28	35.64
	2) Суп с рыбными консервами	150	102.47
	3) Биточки с морковью (полуфабрикат), каша гречневая рассыпчатая с маслом	160	184.23
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Вареники ленивые	115	211.75
	2) Кисломолочный напиток	75	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Фрукты (киви)	181	72.15

Всего: 1414.75



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

Меню на 30 октября 2023 г.

№1	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Застрак	1) Вермишель в молоке	180	193.94
	2) Какао с молоком	180	140.21
	3) Бутерброд с маслом	50	115.03
2-й застрак	1) Сок	191	89.03
	2) Кондитерские изделия (вафли)	35	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	48	59.40
	2) Суп с рыбными консервами	173	162.47
	3) Биточки с морковью(полуфабрикат), каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	199.57
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	48	132.00
Уплотненный полдник	1) Вареники ленивые	130	331.60
	2) Кисломолочный напиток	76	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	36	86.86
	4) Фрукты (киви)	181	90.60

Всего:

1805.54