

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

Меню на 04 декабря 2023 г.

№6	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	153	137.66
	2) Чай с молоком	164	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	54	85.85
2-й завтрак	Сок	160	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	31	30.73
	2) Суп с рыбными консервами	155	110.05
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	166	181.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	46	102.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушенная с овощами	142	168.48
	2) Кисломолочный напиток	170	67.26
	3) Хлеб пшеничный	41	65.15
	4) Фрукты (яблоко)	174	72.15
	5) Кондитерские изделия (вафли)	19	95.44

Всего: 1398.3

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

Меню на 04 декабря 2023 г.

№6	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшенная молочная жидкая	183	173.94
	2) Чай с молоком	183	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	70	115.85
2-й завтрак	Сок	165	90.60
Обед	1) Салат из свеклы	53	40.73
	2) Суп с рыбными консервами	186	170.37
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	185	202.47
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	54	132.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушеная с овощами	161	256.57
	2) Кисломолочный напиток	180	88.34
	3) Хлеб пшеничный	51	86.86
	4) Фрукты (яблоко)	175	90.60
	5) Кондитерские изделия (вафли)	19	108.60

Всего: 1801.13