



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

Меню на 05 декабря 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 сыром	46	109.89
2-й завтрак	Фрукты (бананы)	142	72.15
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	33	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	156	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	166	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	
	5) Хлеб ржаной	40	65.56
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	145	180.80
	2) Кисломолочный напиток	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	18	114.40

Всего: 1404.1



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

Меню на 05 декабря 2023 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	177	158.69
	2) Какао с молоком	176	140.21
	3) Бутерброд с сыром	59	151.10
2-й завтрак	Фрукты (бананы)	143	90.60
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	54	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	187	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	185	223.61
	из сушеных фруктов	180	
	5) Хлеб ржаной	45	85.56
Уплотненный полдник			132.00
	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	164	271.92
	2) Кисломолочный напиток	151	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	33	86.86
4) Кондитерские изделия (вафли)	19	184.43	

Всего: 1804.15