

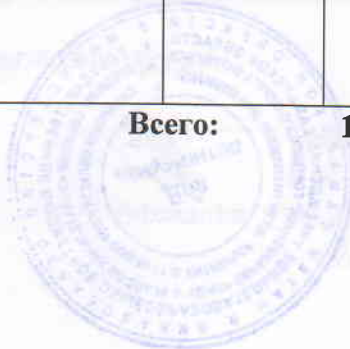


Утверждаю  
И.о. директор ГБОУ СОШ № 3  
г. о. Октябрьск  
Лафинчук Е.А.

Меню на 10 ноября 2023 г.

№10	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	150	137.96
	2) Кофейный напиток с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	49	85.85
2-й завтрак	1) Фрукты (киви)	120	72.15
	2) Сок	192	70.12
	3) Кондитерские изделия (вафли)	43	95.44
Обед	1) Салат из моркови	32	30.73
	2) Суп картофельный с бобовыми	155	126.61
	3) Гуляш из отварного мяса, рис отварной	164	182.10
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом, соус молочный (сладкий)	151	222.57
	2) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	3) Кисломолочный напиток	167	67.26
	4) Сдоба обыкновенная	50	131.87

**Всего: 1479.15**





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

Меню на 10 ноября 2023 г.

№10	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	178	176.96
	2) Кофейный напиток с молоком	178	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	62	115.85
2-й завтрак	1) Фрукты (киви)	121	90.60
	2) Сок	196	89.03
	3) Кондитерские изделия (вафли)	44	95.44
Обед	1) Салат из моркови	52	40.73
	2) Суп картофельный с бобовыми	186	145.20
	3) Гуляш из отварного мяса, рис отварной	185	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	55	132.00
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом, соус молочный (сладкий)	170	266.19
	2) Хлеб пшеничный (батон)	40	86.86
	3) Кисломолочный напиток	175	88.34
	4) Сдоба обыкновенная	70	144.77
<b>Всего:</b>			<b>1936.20</b>