

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

Меню на 14 декабря 2023 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	152	117.96
	2) Какао с молоком	162	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	45	105.85
2-й завтрак	1) Сок	170	72.15
	2) Кондитерские изделия (вафли)	19	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	29	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	147	126.61
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	156	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненны й полдник	1) Картофель в молоке	132	230.00
	2) Кисломолочный напиток	144	67.25
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Вагрушка с творогом	50	145.44
	5) Фрукты (бананы)	181	72.15

Всего: 1587.58



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

Меню на 14 декабря 2023 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	182	177.96
	2) Какао с молоком	182	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	54	115.85
2-й завтрак	1) Сок	176	90.60
	2) Кондитерские изделия (вафли)	20	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	48	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	176	147.20
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	177	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	42	132.00
Уплотненн ый полдник	1) Картофель в молоке	151	265.60
	2) Кисломолочный напиток	146	88.34
	3) Хлеб пшеничный	30	86.86
	4) Ватрушка с творогом	70	165.44
	5) Фрукты (бананы)	182	90.60

Всего:

1962.88