



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

**Меню** на 15 ноября 2023 г.

<b>№3</b>	<b>Наименование блюда От 1.5 до 3х лет</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорий ность</b>
<b>Завтрак</b>	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	133.96
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	47	109.89
<b>2-й завтрак</b>	1) Сок	190	70.12
	2) Кондитерские изделия (печенье)	26	95.44
<b>Обед</b>	1) Салат из свеклы с яблоками	31	25.30
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	155	122.31
	3) Плов из говядины	164	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	44	102.00
<b>Уплотненный полдник</b>	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	153	196.89
	2) Кисломолочный напиток	165	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	22	95.44
	5) Фрукты (киви)	129	72.15

**Всего: 1512.49**



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

Меню на 15 ноября 2023 г.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	179	188.70
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	61	151.10
2-й завтрак	1) Сок	194	89.03
	2) Кондитерские изделия (печенье)	27	95.44
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	51	42.16
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	185	179.73
	3) Плов из говядины	18	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	54	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	173	268.18
	2) Кисломолочный напиток	173	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	39	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	22	95.44
	5) Фрукты (киви)	129	90.60

Всего: 1938.15