



**Меню** на 15 декабря 2023 г.

<b>№5</b>	<b>Наименование блюда От 1.5 до 3х лет</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорий ность</b>
<b>Завтрак</b>	1) Каша манная с маслом	143	137.96
	2) Кофейный напиток с молоком	154	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	45	85.85
<b>2-й завтрак</b>	Сок	184	70.12
<b>Обед</b>	1) Салат из белокочанной капусты	33	30.73
	2) Борщ с капустой свежей и со сметаной	152	138.61
	3) Тефтели мясные, каша гречневая рассыпчатая с маслом, соус томатный	163	182.66
	4) Кисель из кураги	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
<b>Уплотненный полдник</b>	1) Печень тушеная в сметане, макаронные изделия отварные с маслом	161	153.45
	2) Хлеб пшеничный	30	65.15
	3) Кисломолочный напиток	150	67.26
	4) Сдоба обыкновенная	50	72.15
	5) Фрукты (яблоко)	112	72.15
<b>Всего:</b>			<b>1412</b>



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

Меню на 15 декабря 2023 г.

№5	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	174	177.96
	2) Кофейный напиток с молоком	174	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	51	115.85
2-й завтрак	Сок	191	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	52	40.73
	2) Борщ с капустой свежей и со сметаной	181	159.61
	3) Тефтели мясные, каша гречневая рассыпчатая с маслом, соус томатный	182	252.47
	4) Кисель из кураги	180	48.19
	5) Хлеб ржаной	46	132.00
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане, макаронные изделия отварные с маслом	182	153.45
	2) Хлеб пшеничный	33	86.86
	3) Кисломолочный напиток	160	88.34
	4) Сдоба обыкновенная	70	90.60
	5) Фрукты (яблоко)	113	90.60

Всего:

1803.15