

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

Меню на 16 ноября 2023 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	117.96
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	48	105.85
2-й завтрак	1) Сок	192	72.15
	2) Кондитерские изделия (вафли)	42	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	33	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	156	126.61
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	165	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	46	102.00
Уплотненны й полдник	1) Картофель в молоке	138	230.00
	2) Кисломолочный напиток	170	67.25
	3) Хлеб пшеничный	32	65.15
	4) Ватрушка с творогом	50	145.44
	5) Фрукты (банан)	200	72.15

Всего: 1587.58



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

Меню на 16 ноября 2023 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	177.96
	2) Какао с молоком	180	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	61	115.85
2-й завтрак	1) Сок	198	90.60
	2) Кондитерские изделия (вафли)	43	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	53	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	187	147.20
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	186	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	56	132.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке	159	265.60
	2) Кисломолочный напиток	176	88.34
	3) Хлеб пшеничный	42	86.86
	4) Ватрушка с творогом	70	165.44
	5) Фрукты (банан)	200	90.60

Всего: 1962.88