

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



Меню на 21 декабря 2023г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	131	113.92
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	37	109.89
2-й завтрак	1)Кондитерские изделия (вафли)	14	70.12
	2)Чай с сахаром	160	120.1
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	30	26.64
	2)Свекольник с мясом	150	126.61
	3)Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	160	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	130	221.63
	2) Хлеб пшеничный	30	95.26
	3) Кисломолочный напиток	138	40.71
	4) Фрукты (бананы)	182	95.13

Всего: 1332.87

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



Меню на 21 декабря 2023г.

№9	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	151	150.45
	2) Чай с молоком	178	148.45
	3) Бутерброд с сыром	39	151.10
2-й завтрак	1)Кондитерские изделия (вафли)	15	89.03
	2)Чай с сахаром	180	135.2
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	49	40.73
	2)Свекольник с мясом	180	167.20
	3)Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	180	232.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	42	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	139	221.63
	2) Хлеб пшеничный	35	116.34
	3) Кисломолочный напиток	138	40.71
	4) Фрукты (бананы)	183	184.43

Всего:

1643.57