



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

Меню на 24 ноября 2023 г.

№10	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	141	137.96
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	48	85.85
2-й завтрак	1) Фрукты (киви)	133	72.15
	2) Сок	162	70.12
	3) Кондитерские изделия (вафли)	43	95.44
Обед	1) Салат из моркови	32	30.73
	2) Суп картофельный с бобовыми	154	126.61
	3) Гуляш из отварного мяса, рис отварной	163	182.10
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	43	102.00
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом, соус молочный (сладкий)	147	222.57
	2) Хлеб пшеничный (батон)	31	65.15
	3) Кисломолочный напиток	162	67.26
	4) Сдоба обыкновенная	50	131.87

Всего: 1479.15

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



Меню на 24 ноября 2023 г

№10	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	171	176.96
	2) Кофейный напиток с молоком	170	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	60	115.85
2-й завтрак	1) Фрукты (киви)	134	90.60
	2) Сок	170	89.03
	3) Кондитерские изделия (вафли)	44	95.44
Обед	1) Салат из моркови	53	40.73
	2) Суп картофельный с бобовыми	185	145.20
	3) Гуляш из отварного мяса, рис отварной	185	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	53	132.00
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом, соус молочный (сладкий)	175	266.19
	2) Хлеб пшеничный (батон)	41	86.86
	3) Кисломолочный напиток	170	88.34
	4) Сдоба обыкновенная	70	144.77

Всего: 1936.20

