

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

Меню на 09 января 2024

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	115.02
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/7	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	100	72.15
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	35	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	160	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	180	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	160	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	130	180.80
	2) Кисломолочный напиток	200	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	18	114.40

Всего: 1404.1

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



Меню на 09 января 2024 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порций	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	180	158.69
	2) Какао с молоком	180	140.21
	3) Бутерброд с сыром	35/9	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	110	90.60
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	60	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	180	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	195	223.61
	из сушеных фруктов	180	
	5) Хлеб ржаной	56	85.56
			132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	150	271.92
	2) Кисломолочный напиток	200	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	44	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	18	184.43

Всего: 1804.15