



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

Меню на 10 января 2024 г.

| №8 | Наименование блюда От 1.5 до 3х лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------|--|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Вермишель в молоке | 152 | 138.56 |
| | 2) Кофейный напиток с молоком | 163 | 126.19 |
| | 3) Бутерброд с маслом и сыром | 51 | 83.39 |
| 2-й завтрак | Сок | 160 | 70.12 |
| Обед | 1) Салат из белокочанной капусты | 30 | 30.73 |
| | 2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам | 151 | 126.61 |
| | 3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом | 162 | 182.66 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 150 | 48.00 |
| | 5) Хлеб ржаной | 42 | 102.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Винегрет овощной | 82 | 157.60 |
| | 2) Яйцо вареное | 40 | 37.45 |
| | 3) Хлеб пшеничный | 33 | 65.15 |
| | 4) Кисломолочный напиток | 160 | 67.26 |
| | 5) Фрукты (киви) | 88 | 72.15 |

Всего: 1270.14

Утверждено
Директор ГБОУ СОШ №3
г. о. Октябрьск
Щатрова Л.Ю.

Меню на 10 января 2024 г.

| №8 | Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет | Масса порции | Калорий ность |
|------------------------|---|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Вермишель в молоке | 183 | 193.94 |
| | 2) Кофейный напиток с молоком | 182 | 148.45 |
| | 3) Бутерброд с маслом и сыром | 65 | 107.61 |
| 2-й завтрак | Сок | 167 | 89.03 |
| Обед | 1) Салат из белокочанной капусты | 50 | 40.73 |
| | 2) Суп картофельный с мясными фрикаделькам | 181 | 159.61 |
| | 3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом | 182 | 252.07 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 180 | 57.60 |
| | 5) Хлеб ржаной | 51 | 132.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Винегрет овощной | 103 | 166.19 |
| | 2) Яйцо вареное | 40 | 37.45 |
| | 3) Хлеб пшеничный | 42 | 86.86 |
| | 4) Кисломолочный напиток | 167 | 88.34 |
| | 5) Фрукты (киви) | 89 | 72.15 |
| Всего: | | | 1683.44 |