



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

Меню на 11 января 2024 г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	90/47	113.92
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	35/13	109.89
2-й завтрак	1)Сок	170	70.12
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	45	26.64
	2)Свекольник с мясом	160	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	120	221.63
	2) Хлеб пшеничный	36	95.26
	3) Кисломолочный напиток	170	40.71
	4) Фрукты (киви)	80	95.13

Всего: 1332.87



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

**Меню на 11 января 2024 г.**

<b>№9</b>	<b>Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорий ность</b>
<b>Завтрак</b>	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	100/58	150.45
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с сыром	46/16	151.10
<b>2-й завтрак</b>	1)Сок	193	70.12
<b>Обед</b>	1) Салат из кукурузы (консервированной)	70	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	58	132.00
<b>Уплотненный полдник</b>	1) Омлет натуральный	130	221.63
	2) Хлеб пшеничный	49	116.34
	3) Кисломолочный напиток	175	40.71
	4) Фрукты (киви)	86	184.43

**Всего:**

**1643.57**