

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

Меню на 27 декабря 2023 г.

№3	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	156	133.96
	2) Чай с молоком	164	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	44	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	82	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	28	25.30
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	144	122.31
	3) Плов из говядины	152	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	154	196.89
	2) Кисломолочный напиток	190	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	20	95.44

Всего: 1417.05



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

Меню на 27 декабря 2023 г.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	186	188.70
	2) Чай с молоком	184	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	49	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	83	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	48	42.16
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	174	179.73
	3) Плов из говядины	173	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	41	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	174	268.18
	2) Кисломолочный напиток	194	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	31	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	20	95.44

Всего: 1842.71