

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

Меню на 28 декабря 2023 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	155	117.96
	2) Какао с молоком	164	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	44	105.85
2-й завтрак	1) Чай с сахаром	150	72.15
	2) Кондитерские изделия (печенье)	19	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	30	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	145	126.61
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	154	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненны й полдник	1) Картофель в молоке	118	230.00
	2) Кисломолочный напиток	194	67.25
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Ватрушка с творогом	54	145.44
	5) Фрукты (яблоко)	90	72.15

Всего: 1587.58

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

Меню на 28 декабря 2023 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	185	177.96
	2) Какао с молоком	184	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	54	115.85
2-й завтрак	1) Чай с сахаром	180	90.60
	2) Кондитерские изделия (печенье)	19	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	48	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	175	147.20
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	174	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	42	132.00
Уплотнен ный полдник	1) Картофель в молоке	137	265.60
	2) Кисломолочный напиток	197	88.34
	3) Хлеб пшеничный	30	86.86
	4) Ватрушка с творогом	75	165.44
	5) Фрукты (яблоко)	91	90.60

Всего: 1962.88