

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

Меню на 25 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 | 80/45 | 113.92 |
| | 2) Чай с молоком | 160 | 126.19 |
| | 3) Бутерброд с сыром | 30/14 | 109.89 |
| 2-й завтрак | 1)Сок | 180 | 70.12 |
| Обед | 1) Салат из кукурузы (консервированной) | 40 | 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 | 45 | 102.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Омлет натуральный | 120 | 221.63 |
| | 2) Хлеб пшеничный | 30 | 95.26 |
| | 3) Кисломолочный напиток | 160 | 40.71 |
| | 4) Фрукты (киви) | 80 | 95.13 |

Всего: 1332.87

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



Меню на 25 января 2024г

| №9 | Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет | Масса * порции * | Калорий ность |
|------------------------|---|---------------------|------------------|
| Завтрак | 1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра | 86/54 | 150.45 |
| | 2) Чай с молоком | 170 | 148.45 |
| | 3) Бутерброд с сыром | 37/17 | 151.10 |
| 2-й завтрак | 1)Сок | 191 | 70.12 |
| Обед | 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 | 48 | 132.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Омлет натуральный | 130 | 221.63 |
| | 2) Хлеб пшеничный | 39 | 116.34 |
| | 3) Кисломолочный напиток | 165 | 40.71 |
| | 4) Фрукты (киви) | 94 | 184.43 |

Всего:

1643.57