



Меню на 30 января 2024 г.

№2	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	132	122.92.
	2) Кофейный напиток с молоком	161	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	47	109.89
2-й завтрак	Фрукты (киви)	122	72.15
Обед	1) Салат из репчатого лука	30	20.00
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	153	109.30
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	160	203.44
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Углоточный полдник	1) Макароны отварные с сыром	131	275.30
	2) Кисломолочный напиток	170	67.26
	3) Хлеб пшеничный	31	65.15
	4) Ватрушка с творогом	50	92.40

Всего: 1431.56

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



Меню на 30 января 2024 г.

№2	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	141	153.45
	2) Кофейный напиток с молоком	182	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	58	151.10
2-й завтрак	Фрукты (киви)	123	90.60
Обед	1) Салат из репчатого лука	50	33.33
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	183	150.10
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	180	237.01
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	49	132.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	152	333.84
	2) Кисломолочный напиток	172	88.34
	3) Хлеб пшеничный	41	86.86
	4) Ватрушка с творогом	70	129.35

Всего: 1820