

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

Меню на 20 февраля 2024 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	149	115.02
	2) Какао с молоком	159	126.19
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
2-й завтрак	Фрукты (киви)	73	72.15
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	30	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	147	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	157	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	102.00
	5) Хлеб ржаной	40	65.56
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	151	180.80
	2) Кисломолочный напиток	165	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15

Всего:

1244.96

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

Меню на 20 февраля 2024 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	179	158.69
	2) Какао с молоком	179	140.21
	3) Хлеб пшеничный (батон)	37	86.86
2-й завтрак	Фрукты (киви)	74	90.60
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	50	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	178	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	177	223.61
	из сушеных фруктов	180	
	5) Хлеб ржаной	45	85.56
			132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	171	271.92
	2) Кисломолочный напиток	167	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	34	86.86

Всего: 1555.48