



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

Меню на 05 марта 2024 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	152	115.02
	2) Какао с молоком	162	126.19
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
2-й завтрак	Фрукты (киви)	67	72.15
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	24	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	32/107/8	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	60/10/96	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	42	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	127/20	180.80
	2) Кисломолочный напиток	162	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 05 марта 2024 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	182	158.69
	2) Какао с молоком	182	140.21
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	86.86
2-й завтрак	Фрукты (киви)	67	90.60
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	45	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	32/134/10	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	68/12/102	223.61
	из сушеных фруктов	180	
	5) Хлеб ржаной	52	85.56
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	136/30	271.92
	2) Кисломолочный напиток	163	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	33	86.86

Всего: 1555.48