



Утверждаю

Директор ЕБОУ СОШ № 3

б. Октябрьск

Патрова Л.Ю.

Меню на 12 марта 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	162	126.19
	3) Бутерброд с маслом	30/5	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	121	72.15
Обед	1) Салат из репчатого лука	27	20.00
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	33/114	109.30
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	41/17/104	203.44
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	114/13	275.30
	2) Кисломолочный напиток	166	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15

Всего: 1339.16



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

Меню на 12 марта 2024 г.

№2	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	142	153.45
	2) Кофейный напиток с молоком	182	148.45
	3) Бутерброд с маслом	39/7	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	121	90.60
Обед	1) Салат из репчатого лука	45	33.33
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	33/142	150.10
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	50/17/111	237.01
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	50	132.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	127/17	333.84
	2) Кисломолочный напиток	167	88.34
	3) Хлеб пшеничный	36	86.86

Всего: 1690.65