



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

Меню на 14 марта 2024 г.

| №4 | Наименование блюда От 1.5 до 3х лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------|---|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Каша пшеничная молочная жидкая | 152 | 117.96 |
| | 2) Какао с молоком | 162 | 126.19 |
| | 3) Бутерброд с маслом | 30/5 | 105.85 |
| 2-й завтрак | Сок | 190 | 72.15 |
| Обед | 1) Кабачковая икра | 27 | 30.73 |
| | 2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной | 18/120/8 | 126.61 |
| | 3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной | 46/110 | 182.66 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 150 | 48.00 |
| | 5) Хлеб ржаной | 40 | 102.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Картофель в молоке | 126 | 230.00 |
| | 2) Кисломолочный напиток | 170 | 67.25 |
| | 3) Хлеб пшеничный | 32 | 65.15 |
| | 4) Фрукты (киви) | 97 | 72.15 |
| Всего: | | | 1346.7 |



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

Меню на 14 марта 2024 г.

| №4 | Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------|---|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Каша пшеничная молочная жидкая | 182 | 177.96 |
| | 2) Какао с молоком | 182 | 156.19 |
| | 3) Бутерброд с маслом | 35/7 | 115.85 |
| 2-й завтрак | Сок | 194 | 90.60 |
| Обед | 1) Кабачковая икра | 47 | 40.73 |
| | 2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной | 18/149/9 | 147.20 |
| | 3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной | 58/120 | 252.47 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 180 | 57.60 |
| | 5) Хлеб ржаной | 49 | 132.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Картофель в молоке | 146 | 265.60 |
| | 2) Кисломолочный напиток | 172 | 88.34 |
| | 3) Хлеб пшеничный | 42 | 86.86 |
| | 4) Фрукты (киви) | 97 | 90.60 |
| Всего: | | | 1702 |