



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

Меню на 18 марта 2024 г.

№6	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	151	137.66
	2) Чай с молоком	161	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	36/17	85.85
2-й завтрак	Сок	170	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	21	30.73
	2) Суп с рыбными консервами	144	110.05
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	91/60	181.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушенная с овощами	44/80	168.48
	2) Кисломолочный напиток	151	67.26
	3) Хлеб пшеничный	33	65.15
	4) Фрукты (яблоко)	114	72.15
	5) Кондитерские изделия (печенье)	17	95.44

Всего: 1398.3



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

Меню на 18 марта 2024 г.

№6	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	181	173.94
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	46/21	115.85
2-й завтрак	Сок	175	90.60
Обед	1) Салат из свеклы	40	40.73
	2) Суп с рыбными консервами	173	170.37
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	108/60	202.47
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	45	132.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушеная с овощами	52/90	256.57
	2) Кисломолочный напиток	151	88.34
	3) Хлеб пшеничный	43	86.86
	4) Фрукты (яблоко)	114	90.60
	5) Кондитерские изделия (печенье)	17	108.60

Всего: 1801.13