



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

Меню на 10 апреля 2024 г.

| №3 | Наименование блюда От 1.5 до 3х лет | Масса порции | Калорий ность |
|----------------------------|--|-------------------------|--------------------------|
| Завтрак | 1) Каша пшеничная молочная жидкая | 150 | 133.96 126.19 |
| | 2) Чай с молоком | 160 | 85.85 |
| | 3) Бутерброд с повидлом | 30/18 | |
| 2-й завтрак | Сок | 160 | 70.12 |
| Обед | 1) Салат из свеклы с яблоками | 30 | 25.30 |
| | 2) Суп картофельный с мясными фрикадельками | 20/131/9 | 122.31 |
| | 3) Плов из говядины | 35/105 | 182.39 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 150 | 48.00 |
| | 5) Хлеб ржаной | 45 | 102.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий) | 130/20 | 196.89 |
| | 2) Кисломолочный напиток | 180 | 67.26 |
| | 3) Хлеб пшеничный (батон) | 35 | 65.15 |
| | 4) Кондитерские изделия (печенье) | 18 | 95.44 |
| | 5) Фрукты (груша) | 130 | 72.15 |

Всего: 1297.57



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

Меню на 10 апреля 2024 г.

| №3 | Наименование блюда От 3х до 7ми лет | Масса порции | Калорий ность |
|----------------------------|--|-------------------------|--------------------------|
| Завтрак | 1) Каша пшеничная молочная жидкая | 170 | 188.70 |
| | 2) Чай с молоком | 180 | 148.45 |
| | 3) Бутерброд с повидлом | 33/19 | 115.85 |
| 2-й завтрак | Сок | 172 | 89.03 |
| Обед | 1) Салат из свеклы с яблоками | 50 | 42.16 |
| | 2) Суп картофельный с мясными фрикадельками | 25/145/10 | 179.73 |
| | 3) Плов из говядины | 40/130 | 224.51 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 180 | 57.60 |
| | 5) Хлеб ржаной | 52 | 132.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий) | 150/30 | 268.18 |
| | 2) Кисломолочный напиток | 195 | 88.34 |
| | 3) Хлеб пшеничный (батон) | 37 | 86.86 |
| | 4) Кондитерские изделия (печенье) | 18 | 95.44 |
| | 5) Фрукты (груша) | 144 | 90.60 |

Всего: 1712.02