

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

Меню на 14 мая 2024 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	115.02
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/15	109.89
2-й завтрак	Фрукт (груша)	170	72.15
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	50	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	45/9/96	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	70/100	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	160	65.56
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	130/20	180.80
	2) Кисломолочный напиток	170	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафля)	20	114.40

Всего: 1404.10

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

Меню на 14 мая 2024 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	* 170	158.69
	2) Какао с молоком	180	140.21
	3) Бутерброд с сыром	38/17	151.10
2-й завтрак	Фрукт (груша)	186	90.60
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	55	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	45/10/145	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	75/110	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	52	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	140/20	271.92
	2) Кисломолочный напиток	186	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	37	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафля)	21	184.43

Всего:

1804.15