



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

Меню на 19 апреля 2024 г.

№10	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	150	137.96
	2) Кофейный напиток с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом	30/5	85.85
2-й завтрак	Фрукты (банан)	200	72.15
Обед	1) Салат из моркови	40	30.73
	2) Суп картофельный с бобовыми	25/135	126.61
	3) Гуляш из отварного мяса, рис отварной	40/90	182.10
	4) Компот из свежих плодов	160	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом, соус молочный (сладкий)	120/20	222.57
	2) Хлеб пшеничный (батон)	35	65.15
	3) Кисломолочный напиток	170	67.26
	4) Сдоба обыкновенная	50	131.87

Всего: 1313.59



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

Меню на 19 апреля 2024 г.

№10	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	170	176.96
	2) Кофейный напиток с молоком	180	156.19
	3) Бутерброд с маслом	37/7	115.85
2-й завтрак	Фрукты (банан)	210	90.60
Обед	1) Салат из моркови	60	40.73
	2) Суп картофельный с бобовыми	26/154	145.20
	3) Гуляш из отварного мяса, рис отварной	45/100	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	47	132.00
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом, соус молочный (сладкий)	130/30	266.19
	2) Хлеб пшеничный (батон)	41	86.86
	3) Кисломолочный напиток	192	88.34
	4) Сдоба обыкновенная	70	144.77

Всего: 1751.73