



Меню на 22 мая 2024 г.

№3	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	133.96
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	30/15	85.85
2-й завтрак	Сок	170	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	45	25.30
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	28/122	122.31
	3) Плов из говядины	35/115	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	100/20	196.89
	2) Кисломолочный напиток	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (печенье)	25	95.44
	5) Фрукт (яблоко)	140	72.15

Всего: 1297.57



Директор БОУ СОШ № 3
г. Октябрьск
Шарова Л.Ю.

Меню на 22 мая 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	35/21	115.85
2-й завтрак	Сок	177	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	60	42.16
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	28/172	179.73
	3) Плов из говядины	40/130	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	46	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	110/20	268.18
	2) Кисломолочный напиток	162	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	32	86.86
	4) Кондитерские изделия (печенье)	26	95.44
	5) Фрукт (яблоко)	155	90.60

Всего: 1712.02