

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



Меню на 19 июня 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	30/10	
2-й завтрак	Сок	180	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	35	25.30
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	28/122	122.31
	3) Плов из говядины	35/125	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	160	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (печенье)	16	95.44
	5) Фрукт (яблоко)	70	72.15

Всего: 1297.57

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



Меню на 19 июня 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	37/15	115.85
2-й завтрак	Сок	196	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	50	42.16
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	28/172	179.73
	3) Плов из говядины	44/136	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	51	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	110/20	268.18
	2) Кисломолочный напиток	174	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	86.86
	4) Кондитерские изделия (печенье)	16	95.44
	5) Фрукт (яблоко)	83	90.60

Всего: 1712.02