

Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 3  
 г. о. Октябрьск  
 Дл. Сычева А.В.

Меню на 12 июля 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	Фрукт (яблоко)	90	72.15
Обед	1) Огурец свежий порционно	30	30.73
	2) Суп картофельный с бобовыми	25/135	126.61
	3) Гуляш из отварного мяса, каша гречневая рассыпчатая с маслом	45/100	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) Сок	180	67.26
	3) Сдоба обыкновенная	50	131.87

Всего: 1313.59

Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 3  
 г. о. Октябрьск  
 Сычева А.В.



Меню на 12 июля 2024 г.

№10	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	160	176.96
	2) Кофейный напиток с молоком	170	156.19
	3) Бутерброд с маслом	36/7	115.85
2-й завтрак	Фрукт (яблоко)	94	90.60
Обед	1) Огурец свежий порционно	45	40.73
	2) Суп картофельный с бобовыми	25/155	145.20
	3) Гуляш из отварного мяса, каша гречневая рассыпчатая с маслом	50/110	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	49	132.00
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом, соус молочный (сладкий)	130/20	266.19
	2) Сок	193	88.34
	3) Сдоба обыкновенная	70	144.77

Всего: 1751.73