



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

Меню на 19 июля 2024 г.

№5	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	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	85.85
2-й завтрак	Сок	160	70.12
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	30	30.75
	2) Борщ с капустой свежей и со сметаной	30/120/10	138.61
	3) Тефтели	58/110/20	182.66
	Нежные(полуфабрикат) каша гречневая с маслом,соус томатный	180	48.00
	4) Кисель из кураги	50	102.00
Уплотненный полдник	5) Хлеб ржаной	30/150	153.45
	1) Печень тушенная в сметане, макаронные изделия отварные с маслом	50	65.15
	2) Хлеб пшеничный	170	67.26
	3) Кисломолочный напиток	50	72.15
	4) Сдоба обыкновенная	100	72.15
5) Фрукт (яблоко)			

Всего:

1412

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

Меню на 19 июля 2024 г.

№5	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	200	177.96
	2) Кофейный напиток с молоком	180	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	33/7/12	115.85
2-й зав	Сок	178	89.03
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	50	40.73
	2) Борщ с капустой свежей и со сметаной	32/155/13	159.61
	3) Тефтели Нежные (полуфабрикат) каша гречневая с маслом, соус томатный	58/130/20	252.47
	4) Кисель из кураги	200	48.19
	5) Хлеб ржаной	68	132.00
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане, макаронные изделия отварные с маслом	35/200	153.45
	2) Хлеб пшеничный	64	86.86
	3) Кисломолочный напиток	194	88.34
	4) Сдоба обыкновенная	70	90.60
	5) Фрукт (яблоко)	100	90.60