



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
г. Октябрьск
Щатрова Л.Ю.

Меню на 19 августа 2024 г.

№6	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшенная молочная жидкая	150	150.96
	2) Чай с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	30/15	85.85
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и годные	150	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	30	30.73
	2) Суп с рыбными консервами	34/116	102.47
	3) Рагу овощное (3 вариант)	130	111.67
	4) Котлеты «Сочные» (полуфабрикат промышленного производства)	58	154.62
	5) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	6) Хлеб ржаной	45	69.33
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушенная с овощами	150	168.48
	2) Йогурт	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный	35	71.00
	4) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	70	72.15
	5) Кондитерские изделия (вафля)	18	100.0

Всего: 1427.44

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

Меню на 19 августа 2024 г.



№6	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	200	250.94
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	41/18	115.85
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и годные	173	89.03
Обед	1) Салат из свеклы	60	42.51
	2) Суп с рыбными консервами	40/160	167.30
	3) Рагу овощное (3 вариант)	180	154.62
	4) Котлеты «Сочные» (полуфабрикат промышленного производства)	58	181.66
	5) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	6) Хлеб ржаной	55	86.67
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушеная с овощами	170	256.57
	2) Йогурт	190	88.34
	3) Хлеб пшеничный	54	95.0
	4) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	77	90.6
	5) Кондитерские изделия (вафля)	18	100.00

Всего: 2102.20