



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

Меню на 23 августа 2024 г.

№10	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	150	220.0
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом	30/8	85.85
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	100	72.15
Обед	1) Нарезка из свежих огурцов	30	20.19
	2) Суп картофельный с бобовыми	15/135	375.96
	3) Гуляш из отварного мяса	50	94.5
	4) Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	182.66
	5) Компот из свежих фруктов	150	48.0
	6) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом,	130	268.8
	2) Соус молочный (сладкий)	20	20.3
	3) Снежок	160	67.26
	4) Сдоба обыкновенная	50	131.87

Всего: 1869.53



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

Меню на 23 августа 2024 г.

№10	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	200	222.02
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом	31/10	115.03
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	100	90.6
Обед	1) Нарезка из свежих огурцов	60	33.65
	2) Суп картофельный с бобовыми	20/180	404.38
	3) Гуляш из отварного мяса	60	110.25
	4) Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130	210.07
	5) Компот из свежих плодов	180	57.6
	6) Хлеб ржаной	47	86.67
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом,	140	313.6
	2) Соус молочный (сладкий)	30	30.45
	3) Снежок	189	88.34
	4) Сдоба обыкновенная	70	144.77

Всего: 2177.03