

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



Меню на 10 октября 2022 г.

№1	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель на молоке	150	138.56
	2) Какао на молоке	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом	30/5	85.85
2-й завтрак	Сок	150	70.12
Обед	1) Кабачковая икра	27	35.64
	2) Суп с рыбными консервами	150	102.47
	3) Макаaronные изделия отварные с маслом	80	184.23
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Вареники ленивые	115	211.75
	2) Кисломолочный напиток	120	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Фрукты (апельсин)	95	72.15

Всего: 1319.31



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

Меню на 10 октября 2022 г.

№1	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель на молоке	180	193.94
	2) Какао на молоке	180	140.21
	3) Бутерброд с маслом	42/7	115.03
2-й завтрак	Сок	152	89.03
Обед	1) Кабачковая икра	45	59.40
	2) Суп с рыбными консервами	180	162.47
	3) Макаaronные изделия отварные с маслом	110	199.57
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	47	132.00
Уплотненный полдник	1) Вареники ленивые	135	331.60
	2) Кисломолочный напиток	125	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	36	86.86
	4) Фрукты (апельсин)	100	90.60

Всего:

1710.13