



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

Меню на 29 сентября 2022 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная жидкая	150	117.96
	2) Какао	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	30/5/8	105.85
2-й завтрак	Сок	150	72.15
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	27	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	150	126.61
	3) Рулет с луком и яйцом, каша гречневая рассыпчатая с маслом	50/100	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	35	102.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке	80	230.00
	2) Кисломолочный напиток	130	67.25
	3) Хлеб пшеничный	25	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	20	95.44

Всего: 1398



Утверждаю
Директор ГБОУ ССОИ № 3
Г. о. Октябрьск
Шатрова Л.Ю.

Меню на 29 сентября 2022 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшениная жидкая	180	177.96
	2) Какао	180	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	34/7/11	115.85
2-й завтрак	Сок	162	90.60
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	45	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	180	147.20
	3) Рулет с луком и яйцом, каша гречневая рассыпчатая с маслом	60/120	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	37	132.00
Уплотненн ый полдник	1) Картофель в молоке	100	265.60
	2) Кисломолочный напиток	137	88.34
	3) Хлеб пшеничный	27	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	19	95.44

Всего: 1706.84