



Утверждаю  
Ис. директора ГБОУ СОШ № 3  
г. Октябрьск  
Нафинчук Е.А.

Меню на 26 октября 2022 г.

№3	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	133.96 126.19
	2) Чай с молоком	160	85.85
	3) Бутерброд с повидлом	30/15	
2-й завтрак	Сок	150	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	27	25.30
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	122.31
	3) Плов из говядины	160	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	120/15	196.89
	2) Кисломолочный напиток	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	65.15
	4) Кондитерские изделия (печенье)	15	95.44

Всего: 1320.86



Утверждаю  
И.о. директора ЦФОУ СОШ № 3  
Октябрьск  
Лафинчук Е.А.

**Меню** на 26 октября 2022г.

<b>№3</b>	<b>Наименование блюда От 3х до 7ми лет</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорий ность</b>
<i>Завтрак</i>	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	188.70
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	33/22	115.85
<i>2-й завтрак</i>	Сок	156	89.03
<i>Обед</i>	1) Салат из свеклы с яблоками	45	42.16
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	179.73
	3) Плов из говядины	170	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	44	132.00
<i>Уплотненный полдник</i>	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	130/25	268.18
	2) Кисломолочный напиток	156	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	34	86.86
	4) Кондитерские изделия (печенье)	18	95.44

**Всего: 1716.85**