



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

Для документов
Меню на 07 декабря 2022 г.

| №3 | Наименование блюда От 1.5 до 3х лет | Масса порции | Калорийность |
|---------------------|---|--------------|--------------|
| Завтрак | 1) Каша пшеничная молочная жидкая | 160 | 133.96 |
| | 2) Чай с молоком | 160 | 126.19 |
| | 3) Бутерброд с повидлом | 30/20 | 85.85 |
| 2-й завтрак | Сок | 180 | 70.12 |
| Обед | 1) Салат из свеклы с яблоками | 35 | 25.30 |
| | 2) Суп картофельный с мясными фрикадельками | 160 | 122.31 |
| | 3) Плов из говядины | 160 | 182.39 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 160 | 48.00 |
| | 5) Хлеб ржаной | 45 | 102.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Сырники. из творога, соус молочный (сладкий) | 110/15 | 196.89 |
| | 2) Кисломолочный напиток | 150 | 67.26 |
| | 3) Хлеб пшеничный (батон) | 35 | 65.15 |
| | 4) Кондитерские изделия | 35 | 95.44 |

Всего: 1320.86



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

Меню на 07 декабря 2022г.

| №3 | Наименование блюда От 3х до 7ми лет | Масса порции | Калорийность |
|---------------------|--|--------------|--------------|
| Застрак | 1) Каша пшеничная молочная жидкая | 180 | 188.70 |
| | 2) Чай с молоком | 180 | 148.45 |
| | 3) Бутерброд с повидлом | 42/28 | 115.85 |
| 2-й завтрак | Сок | 191 | 89.03 |
| Обед | 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 | 55 | 132.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий) | 120/17 | 268.18 |
| | 2) Кисломолочный напиток | 176 | 88.34 |
| | 3) Хлеб пшеничный (батон) | 48 | 86.86 |
| | 4) Кондитерские изделия | 36 | 95.44 |

Всего: 1716.85