

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

Меню на 09 декабря 2022 г.

№5	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	160	137.96
	2) Кофейный напиток с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом	35/5	85.85
2-й завтрак	Сок	160	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	35	30.73
	2) Борщ с капустой свежей и со сметаной	160	138.61
	3) Тефтели мясные, отварной рис, соус томатный	50/90/15	182.66
	4) Кисель	160	48.00
	5) Хлеб ржаной	50	102.00
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане, макаронные изделия отварные с маслом	40/90	153.45
	2) Хлеб пшеничный	48	65.15
	3) Кисломолочный напиток	200	67.26
	4) Сдоба обыкновенная	45	72.15
Всего:			1339.85

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



Меню на 09 декабря 2022 г.

№5	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	180	177.96
	2) Кофейный напиток с молоком	180	156.19
	3) Бутерброд с маслом	43/7	115.85
2-й завтрак	Сок	170	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	45	40.73
	2) Борщ с капустой свежей и со сметаной	180	159.61
	3) Тефтели мясные, отварной рис, соус томатный	60/100/17	252.47
	4) Кисель	180	48.19
	5) Хлеб ржаной	55	132.00
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане, макаронные изделия отварные с маслом	50/110	153.45
	2) Хлеб пшеничный	50	86.86
	3) Кисломолочный напиток	200	88.34
	4) Сдоба обыкновенная	50	90.60
Всего:			1712.55