

Утверждаю
 И.О. директора ГБОУ СОШ № 3
 г. Октябрьск
 Сычева А.В.



Меню на 20 декабря 2022 г.

№2	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	130	122.92
	2) Кофейный напиток с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом	40/5	109.89
2-й завтрак	Фрукты (апельсин)	147	72.15
Обед	1) Салат из репчатого лука	30	20.00
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	150	109.30
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	50/15/100	203.44
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	50	102.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	160	275.30
	2) Кисломолочный напиток	140	67.26
	3) Хлеб пшеничный	47	65.15
	4) Ватрушка с повидлом	50	92.40

Всего: 1431.56

Утверждаю
 И.о. директора ГБОУ СОШ № 3
 г. о. Октябрьск
 Сычева А.В.



Меню на 20 декабря 2022 г.

№2	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	140	153.45
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом	44/7	151.10
2-й завтрак	Фрукты (апельсин)	151	90.60
Обед	1) Салат из репчатого лука	50	33.33
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	180	150.10
	3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре	60/20/120	237.01
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	55	132.00
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	180	333.84
	2) Кисломолочный напиток	144	88.34
	3) Хлеб пшеничный	53	86.86
	4) Ватрушка с повидлом	70	129.35

Всего: 1820