

Утверждаю
И.о. директора ГБОУ СОШ № 3

Д.г. о. Октябрьск
Лафинчук Е.А.

Меню на 29 декабря 2022г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Застрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	150	113.92
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/11	109.89
2-й застрак	Сок	170	70.12
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	30	26.64
	2)Свекольник с мясом и со сметаной	150	126.61
	3)Голубцы ленивые	160	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	130	221.63
	2) Хлеб пшеничный	40	67.26
	3) Кисломолочный напиток	137	40.71
	4) Фрукты (яблоко)	136	95.13

Всего:

1304.87

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



Меню на 29 декабря 2022г.

№9	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	180	150.45
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с сыром	32/13	151.10
2-й завтрак	Сок	174	89.03
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	50	40.73
	2)Свекольник с мясом и со сметаной	180	167.20
	3)Голубцы ленивые	170	232.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	53	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	140	221.63
	2) Хлеб пшеничный	44	88.34
	3) Кисломолочный напиток	146	40.71
	4) Фрукты (яблоко)	141	184.43

Всего:

1615.57