



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
г. Орёл, Орловская область
Платрова Л.Ю.

Меню на 30 ноября 2022 г.

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	138.56
	2) Кофейный напиток с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	30/5/8	83.39
2-й завтрак	Сок	168	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	30	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	160	126.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	50/100	182.66
	4) Компот из свежих плодов	160	48.00
	5) Хлеб ржаной	30	102.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	70	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Кисломолочный напиток	150	67.26
	5) Фрукты (яблоко)	170	72.15

Всего: 1270.142



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

Меню на 30 ноября 2022 г.

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	180	193.94
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	32/7/8	107.61
2-й завтрак	Сок	151	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	45	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	159.61
	3) Печень тушеная в сметане, каша гречневая рассыпчатая с маслом	60/120	252.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	44	132.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	80	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	33	86.86
	4) Кисломолочный напиток	141	88.34
	5) Фрукты (яблоко)	173	72.15

Всего: 1683.44