

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

Меню на 12 января 2023 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	117.96
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	105.85
2-й завтрак	1) Сок	173	72.15
	2) Кондитерские изделия (вафли)	35	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	30	30.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	150	126.61
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	50/100	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
Уплотненны й полдник	1) Картофель в молоке	110	230.00
	2) Кисломолочный напиток	70	67.25
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Ватрушка с творогом	50	145.44

Всего:

1515.43

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



Меню на 12 января 2023 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	177.96
	2) Какао с молоком	180	156.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	36/7/14	115.85
2-й завтрак	1) Сок	180	90.60
	2) Кондитерские изделия (вафли)	35	95.44
Обед	1) Кабачковая икра	50	40.73
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	180	147.20
	3) Рулет с луком и яйцом, рис отварной	60/120	252.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	52	132.00
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке	140	265.60
	2) Кисломолочный напиток	72	88.34
	3) Хлеб пшеничный	40	86.86
	4) Ватрушка с творогом	70	165.44

Всего: 1872.28