

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



Меню на 16 января 2023 г.

№6	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	137.66
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	35/17	85.85
2-й завтрак	Сок	160	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	30	30.73
	2) Суп с рыбными консервами	150	110.05
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	160	181.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушеная с овощами	130	168.48
	2) Кисломолочный напиток	135	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Фрукты	140	72.15
	5) Кондитерские изделия	35	95.44

Всего: 1398.30



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

Меню на 16 января 2023 г.

№6	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	180	173.94
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	44/23	115.85
2-й завтрак	Сок	168	90.60
Обед	1) Салат из свеклы	50	40.73
	2) Суп с рыбными консервами	180	170.37
	3) Рагу овощное, котлеты «Сочные» (полуфабрикат)	180	202.47
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	40	132.00
Уплотненный полдник	1) Рыба, тушеная с овощами	150	256.57
	2) Кисломолочный напиток	140	88.34
	3) Хлеб пшеничный	34	86.86
	4) Фрукты	142	90.60
	5) Кондитерские изделия	36	108.60

Всего: 1801.13