



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

Меню на 17 января 2023 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	160	115.02
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/9	109.89
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	100	72.15
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	40	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	160	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	50/90	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	180	65.56
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	110/15	180.80
	2) Кисломолочный напиток	140	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	27	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	30	114.40

Всего: 1404.10

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



Меню на 17 января 2023 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	180	158.69
	2) Какао с молоком	180	140.21
	3) Бутерброд с сыром	40/11	151.10
2-й завтрак	Фрукты (яблоко)	104	90.60
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	65	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	180	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	65/100	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	200	85.56
	5) Хлеб ржаной	48	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	120/17	271.92
	2) Кисломолочный напиток	159	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	38	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	36	184.43

Всего: 1804.15