

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

Меню на 10 марта 2023 г.

№5	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	150	137.96
	2) Кофейный напиток с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с маслом	33/5	85.85
2-й завтрак	Сок	173	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	30	30.73
	2) Борщ с капустой свежей и со сметаной	150	138.61
	3) Тефтели мясные, каша гречневая рассыпчатая с маслом, соус томатный	160	182.66
	4) Кисель из кураги	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	42	102.00
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане, макаронные изделия отварные с маслом	160	153.45
	2) Хлеб пшеничный	32	65.15
	3) Кисломолочный напиток	182	67.26
	4) Сдоба обыкновенная	50	72.15

Всего:

1339.85

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

Меню на 10 марта 2023 г.

№5	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	180	177.96
	2) Кофейный напиток с молоком	180	156.19
	3) Бутерброд с маслом	44/6	115.85
2-й завтрак	Сок	180	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	50	40.73
	2) Борщ с капустой свежей и со сметаной	180	159.61
	3) Тефтели мясные, каша гречневая рассыпчатая с маслом, соус томатный	180	252.47
	4) Кисель из кураги	180	48.19
	5) Хлеб ржаной	53	132.00
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане, макаронные изделия отварные с маслом	180	153.45
	2) Хлеб пшеничный	41	86.86
	3) Кисломолочный напиток	196	88.34
	4) Сдоба обыкновенная	70	90.60

Всего:

1712.55