



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

Меню на 16 марта 2023г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	150	113.92
	2) Чай с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	32/10	109.89
2-й завтрак	Сок	164	70.12
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	30	26.64
	2)Свекольник с мясом	150	126.61
	3)Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	160	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	42	102.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	130	221.63
	2) Хлеб пшеничный	34	67.26
	3) Кисломолочный напиток	164	40.71
	4) Фрукты (груша)	185	95.13

Всего: 1304.87

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



Меню на 16 марта 2023г.

№9	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1)Макаронные изделия отварные с маслом, кабачковая икра	180	150.45
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с сыром	41/13	151.10
2-й завтрак	Сок	172	89.03
Обед	1) Салат из горошка зеленого консервированного	50	40.73
	2)Свекольник с мясом	180	167.20
	3)Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат), пюре картофельное	180	232.47
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	51	132.00
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	140	221.63
	2) Хлеб пшеничный	46	88.34
	3) Кисломолочный напиток	172	40.71
	4) Фрукты (груша)	185	184.43

Всего: 1615.57