

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



Меню на 21 февраля 2023 г.

| №2 | Наименование блюда От 1.5 до 3х лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------|---|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Омлет натуральный | 130 | 122.92 |
| | 2) Кофейный напиток с молоком | 160 | 126.19 |
| | 3) Бутерброд с маслом | 30/4 | 109.89 |
| 2-й завтрак | Фрукты (яблоко) | 115 | 72.15 |
| Обед | 1) Салат из репчатого лука | 30 | 20.00 |
| | 2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы | 150 | 109.30 |
| | 3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре | 50/20/100 | 203.44 |
| | 4) Компот из сушеных фруктов | 150 | 65.56 |
| | 5) Хлеб ржаной | 40 | 102.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Макароны отварные с сыром | 160 | 275.30 |
| | 2) Кисломолочный напиток | 160 | 67.26 |
| | 3) Хлеб пшеничный | 30 | 65.15 |
| | 4) Ватрушка с повидлом | 50 | 92.40 |

Всего: 1431.56



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

Меню на 21 февраля 2023 г.

| №2 | Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------------|---|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Омлет натуральный | 140 | 153.45 |
| | 2) Кофейный напиток с молоком | 180 | 148.45 |
| | 3) Бутерброд с маслом | 39/6 | 151.10 |
| 2-й завтрак | Фрукты (яблоко) | 115 | 90.60 |
| Обед | 1) Салат из репчатого лука | 50 | 33.33 |
| | 2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы | 180 | 150.10 |
| | 3) Тефтели рыбные тушеные, соус томатный с овощами, картофельное пюре | 60/20/120 | 237.01 |
| | 4) Компот из сушеных фруктов | 180 | 85.56 |
| | 5) Хлеб ржаной | 47 | 132.00 |
| Уплотнительный полдник | 1) Макароны отварные с сыром | 180 | 333.84 |
| | 2) Кисломолочный напиток | 168 | 88.34 |
| | 3) Хлеб пшеничный | 34 | 86.86 |
| | 4) Ватрушка с повидлом | 70 | 129.35 |

Всего: 1820