



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

Меню на 02 октября 2024 г.

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	138.56
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом	30/8	83.39
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	30	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	22/128	126.61
	3) Печень тушеная в сметане, рис отварной	20/9/110	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	40	102.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	80	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	30	65.15
	4) Кисломолочный напиток (кефир)	220	67.26
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	90	72.15

Всего: 1270.14



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

Меню на 02 октября 2024 г.

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	200	193.94
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом	36/10	107.61
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	176	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	50	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	24/176	159.61
	3) Печень тушеная в сметане, рис отварной	25/12/130	252.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	45	132.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	100	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	43	86.86
	4) Кисломолочный напиток (кефир)	226	88.34
	5) Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	93	72.15
Всего:			1683.44