



Меню на 03 сентября 2024

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	125.02
	2) Какао с молоком	180	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/10	109.89
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	120	72.15
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	50	28.29
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	38/9/103	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе	60/10	138.46
	4) Картофельное пюре	120	182.10
	5) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	6) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	130	301.60
	2) Соус молочный (сладкий)	20	20.30
	3) Йогурт	160	67.26
	4) Хлеб пшеничный (батон)	30	70.50

Всего: 1525.64



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

Меню на 03 сентября 2024 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	200	140.0
	2) Какао с молоком	200	140.21
	3) Бутерброд с сыром	35/15	151.10
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	128	90.6
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	60	47.15
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	40/10/150	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе	80/11	161.54
	4) Картофельное пюре	130	252.47
	5) Компот из сушеных фруктов	180	86.67
	6) Хлеб ржаной	52	86.67
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	140	324.80
	2) Соус молочный (сладкий)	20	30.45
	3) Йогурт	179	88.34
	4) Хлеб пшеничный (батон)	36	94.0

Всего: 1874.0