



Меню на 04 декабря 2024 г.

№3	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	133.96
	2) Чай с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с повидлом	35/15	156.0
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	30	29.01
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	30/120	81.0 28.8
	3) Плов из говядины	50/110	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.0
	5) Хлеб ржаной	50	69.33
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	130/20	301.6 20.3
	2) Снежок	90	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	71.0
	4) Кондитерские изделия (вафля)	21	100.0
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	84	72.15

**Всего: 1628.16**

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



Меню на 04 декабря 2024 г.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	200	188.7
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	42/19	156.0
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	176	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	50	48.35
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	30/170	108.0 28.8
	3) Плов из говядины	50/150	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.6
	5) Хлеб ржаной	53	86.67
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	140/30	324.8 30.45
	2) Снежок	94	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	46	95.0
	4) Кондитерские изделия (вафля)	21	100.0
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	85	90.6

Всего: 2007.40