

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

Меню на 06 декабря 2024 г.

№5	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	150	220.0
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	35/5/10	109.89
2-й завт	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	30	35.64
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	23/121/6	92.6
	3) Тефтели Нежные(полуфабрикат)	58	
	4) Каша гречневая с маслом	110	170.0
	5) Соус томатный	20	182.66
	6) Кисель из кураги	180	14.9
	7) Хлеб ржаной	55	48.0
			69.33
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане	40	110.57
	2) Макароны изделия отварные	150	168.0
	3) Хлеб пшеничный	45	71.0
	4) Йогурт	150	67.26
	5) Сдоба обыкновенная	50	141.0
	6) Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	75	72.15
Всего:			1795.53

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

Меню на 06 декабря 2024 г.

№5	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	200	222.02
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	37/5/16	151.10
2-й зав	Соки овощные, фруктовые, ягодные	181	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	50	59.40
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	23/170/7	93.60
	3) Тефтели Нежные(полуфабрикат)	58	
	4) Каша гречневая с маслом	130	170.0
	5) Соус томатный	20	210.07
	6) Кисель из кураги	200	14.90
	7) Хлеб ржаной	57	48.19
			86.67
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане	40	120.32
	2)Макаронные изделия отварные	200	224.0
	3) Хлеб пшеничный	54	95.0
	4) Йогурт	181	88.34
	5) Сдоба обыкновенная	70	197.4
	6) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	77	90.6

Всего:

2152.79