

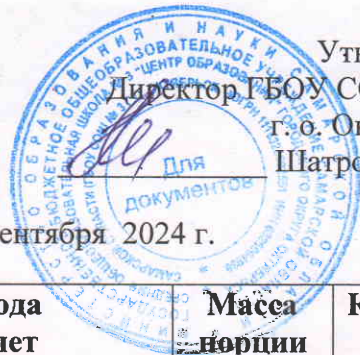


Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
г. о. Октябрьск
Шатрова Л.Ю.

Меню на 10 сентября 2024 г.

№2	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	120	122.92
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом и сыром	35/5/10	109.89
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (киви)	120	72.15
Обед	1) Салат из горошка зелёного (консервированного)	30	35.64
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	40/110	131.05
	3) Тефтели рыбные тушеные	50	121.13
	4) Соус томатный с овощами	20	14.90
	5) Картофельное пюре	120	182.10
	6) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	7) Хлеб ржаной	45	69.33
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	140/25	232.53
	2) Ряженка	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный	35	71.0
	4) Ватрушка с творогом	50	92.4

Всего: 1514.05



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

Меню на 10 сентября 2024 г.

№2	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	130	153.45
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	39/5/14	151.1
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (киви)	129	90.6
Обед	1) Салат из горошка зелёного (консервированного)	60	59.4
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	50/150	150.10
	3) Тефтели рыбные тушеные	55	148.88
	4) Соус томатный с овощами	20	14.90
	5) Картофельное пюре	130	252.40
	6) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	7) Хлеб ржаной	54	86.67
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	160/28	290.66
	2) Ряженка	184	88.34
	3) Хлеб пшеничный	46	95.0
	4) Ватрушка с творогом	70	129.35

Всего: 1944.86