



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

Меню на 13 сентября 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	30/5/10	109.89
2-й завт	Соки овощные, фруктовые, ягодные	170	70.12
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	30	35.64
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	15/123/12	92.6
	3) Тефтели Нежные (полуфабрикат)	58	170.0
	4) Каша гречневая с маслом	110	182.66
	5) Соус томатный	20	14.9
	6) Кисель из кураги	180	48.0
	7) Хлеб ржаной	48	69.33
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане	30	110.57
	2) Макароны изделия отварные	150	168.0
	3) Хлеб пшеничный	45	71.0
	4) Снежок	180	67.26
	5) Сдоба обыкновенная	50	141.0
	6) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	120	72.15

Всего: 1795.53

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



Меню на 13 сентября 2024 г.

№5	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	160	222.02
	2) Кофейный напиток с молоком	160	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	37/5/13	151.10
2-й завтрак	Сокки овощные, фруктовые, ягодные	184	89.03
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	40	59.40
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	15/173/12	93.60
	3) Тефтели Нежные (полуфабрикат)	58	170.0
	4) Каша гречневая с маслом	130	210.07
	5) Соус томатный	20	14.90
	6) Кисель из кураги	200	48.19
	7) Хлеб ржаной	58	86.67
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане	40	120.32
	2) Макароны изделия отварные	200	224.0
	3) Хлеб пшеничный	56	95.0
	4) Снежок	200	88.34
	5) Сдоба обыкновенная	70	197.4
	6) Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	141	90.6
Всего:			2152.79