



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

Меню на 13 ноября 2024

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	138.56
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом	30/8	83.39
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	30	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	28/122	126.61
	3) Печень тушеная в сметане	20/9	182.66
	4) Рис отварной	110	48.00
	5) Компот из свежих плодов	150	102.00
	6) Хлеб ржаной	40	
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	100	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	38	65.15
	4) Кисломолочный напиток (снежок)	121	67.26
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	160	72.15

Всего: 1270.14



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

Меню на 13 ноября 2024 г.

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	200	193.94
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом	38/10	107.61
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	50	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	28/172	159.61
	3) Печень тушеная в сметане	27/16	252.07
	4) Рис отварной	130	57.60
	5) Компот из свежих плодов	180	132.00
	6) Хлеб ржаной	42	
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	120	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	38	86.86
	4) Кисломолочный напиток (снежок)	137	88.34
	5) Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	177	72.15
		Всего:	1683.44