



Меню на 15 октября 2024 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	125.02
	2) Какао с молоком	180	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/10	109.89
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	175	72.15
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	30	28.29
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	46/95/9	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе	50/10	138.46
	4) Картофельное пюре	110	182.10
	5) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	6) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	130	301.60
	2) Соус молочный (сладкий)	20	20.30
	3) Ряженка	150	67.26
	4) Хлеб пшеничный (батон)	30	70.50

**Всего: 1525.64**



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

Меню на 15 октября 2024 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	200	140.0
	2) Какао с молоком	200	140.21
	3) Бутерброд с сыром	33/14	151.10
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	187	90.6
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	55	47.15
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	48/140/12	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе		
	4) Картофельное пюре	58/14	161.54
	5) Компот из сушеных фруктов	130	252.47
	6) Хлеб ржаной	180 46	86.67 86.67
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	140	324.80
	2) Соус молочный (сладкий)	30	30.45
	3) Ряженка	179	88.34
	4) Хлеб пшеничный (батон)	33	94.0

**Всего: 1874.0**