



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

Меню на 18 сентября 2024 г.

№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	Сок	150	70.12
Обед	1) Салат из горошка зелёного (консервированного)	30	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	24/126	126.61
	3) Печень тушеная в сметане, рис отварной	20/9/110	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.00
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	80	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	45	65.15
	4) Кисломолочный напиток (ряженка)	150	67.26
	5) Фрукт (яблоко)	90	72.15

Всего: 1270.14



Меню на 18 сентября 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	41/10	107.61
2-й завтрак	Сок	185	89.03
Обед	1) Салат из горошка зелёного (консервированного)	50	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	24/176	159.61
	3) Печень тушеная в сметане, рис отварной	25/12/130	252.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	55	132.00
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	100	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	51	86.86
	4) Кисломолочный напиток (ряженка)	171	88.34
	5) Фрукт (яблоко)	93	72.15

Всего: 1683.44