

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

Меню на 22 ноября 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	34/5/10	109.89
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	30	35.64
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	20/121/9	92.6
	3) Тефтели Нежные(полуфабрикат)	58	
	4) Каша гречневая с маслом	110	170.0
	5) Соус томатный	20	182.66
	6) Кисель из кураги	180	14.9
	7) Хлеб ржаной	45	48.0
			69.33
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане	30	110.57
	2) Макароны изделия отварные	150	168.0
	3) Хлеб пшеничный	35	71.0
	4) Кефир	150	67.26
	5) Сдоба обыкновенная	50	141.0
	6) Фрукты и ягоды свежие (груша)	170	72.15

**Всего:**

**1795.53**


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

Меню на 22 ноября 2024 г.

№5	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	200	222.02
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом и сыром	34/5/14	151.10
2-й зав	Соки овощные, фруктовые, ягодные	185	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	50	59.40
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	20/169/11	93.60
	3) Тефтели Нежные(полуфабрикат)	58	
	4) Каша гречневая с маслом	130	170.0
	5) Соус томатный	20	210.07
	6) Кисель из кураги	200	14.90
	7) Хлеб ржаной	49	48.19
			86.67
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане	40	120.32
	2)Макаронные изделия отварные	200	224.0
	3) Хлеб пшеничный	44	95.0
	4) Кефир	185	88.34
	5) Сдоба обыкновенная	70	197.4
	6) Плоды и ягоды свежие (груша)	173	90.6
<b>Всего:</b>			<b>2152.79</b>