

Утверждаю  
 И.о. директора ГБОУ СОШ № 3  
 г.о. Октябрьск  
 Сычев А.В.



Меню на 23 июля, 2024 г.

| №7                  | Наименование блюда<br>От 1.5 до 3х лет                   | Масса<br>порции | Калорий<br>ность |
|---------------------|--|-----------------|------------------|
| Завтрак             | 1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом                 | 150             | 115.02           |
|                     | 2) Какао с молоком                                       | 160             | 126.19           |
|                     | 3) Бутерброд с сыром                                     | 30/10           | 109.89           |
| 2-й завтрак         | Фрукт (яблоко)   | 90              | 72.15            |
| Обед                | 1) Салат из свежих помидоров и огурцов                   | 55              | 130.73           |
|                     | 2) Рассольник на курином бульоне со сметаной             | 45/9/106        | 131.05           |
|                     | 3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре | 60/10/110       | 186.66           |
|                     | 4) Компот из сушеных фруктов                             | 160             | 65.56            |
|                     | 5) Хлеб ржаной   | 45              | 102.00           |
| Уплотненный полдник | 1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)           | 110/20          | 180.80           |
|                     | 2) Кисломолочный напиток                                 | 170             | 67.26            |
|                     | 3) Хлеб пшеничный (батон)                                | 30              | 65.15            |

Всего: 1404.10

Утверждаю  
 И.о. директора ГБОУ СОШ № 3  
 г. о. Октябрьск  
 Сычева А.В.



Меню на 23 июля 2024 г.

| №7                  | Наименование блюда<br>От 3х лет до 7ми лет               | Масса<br>порции | Калорий<br>ность |
|---------------------|--|-----------------|------------------|
| Завтрак             | 1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом                 | 170             | 158.69           |
|                     | 2) Какао с молоком                                       | 180             | 140.21           |
|                     | 3) Бутерброд с сыром                                     | 39/10           | 151.10           |
| 2-й завтрак         | Фрукт (яблоко)   | 92              | 90.60            |
| Обед                | 1) Салат из свежих помидоров и огурцов                   | 65              | 45.72            |
|                     | 2) Рассольник на курином бульоне со сметаной             | 50/10/140       | 150.10           |
|                     | 3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре | 65/10/130       | 223.10           |
|                     | 4) Компот из сушеных фруктов                             | 180             | 85.56            |
|                     | 5) Хлеб ржаной   | 53              | 132.00           |
| Уплотненный полдник | 1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)           | 120/20          | 271.92           |
|                     | 2) Кисломолочный напиток                                 | 186             | 88.34            |
|                     | 3) Хлеб пшеничный (батон)                                | 38              | 86.86            |

Всего: 1804.15