



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

Меню на 25 сентября 2024 г.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	200	188.7
	2) Чай с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с повидлом	37/26	156.0
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	50	48.35
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	22/178	108.0 28.8
	3) Плов из говядины	25/175	224.51
	4) Компот из свежих плодов	180	57.6
	5) Хлеб ржаной	40	86.67
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	130/30	324.8 30.45
	2) Снежок	158	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	29	95.0
	4) Кондитерские изделия (печенье)	17	100.0
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	90	90.6

Всего: 2007.40