



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

Меню на 27 декабря 2024 г.

| №10 | 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 | 30/8 | 85.85 |
| 2-й завтрак | Фрукты и ягоды свежие (яблоко) | 130 | 72.15 |
| Обед | 1) Суп картофельный с бобовыми | 17/133 | 375.96 |
| | 2) Гуляш из отварного мяса | 45 | 94.5 |
| | 3) Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 110 | 132.66 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 150 | 48.0 |
| | 5) Хлеб ржаной | 40 | 69.33 |
| Уплотненный полдник | 1) Пудинг из творога с рисом | 120 | 268.8 |
| | 2) Соус молочный (сладкий) | 20 | 20.3 |
| | 3) Напиток кисломолочный (йогурт) | 125 | 67.26 |
| | 4) Сдоба обыкновенная | 50 | 131.87 |
| | 5) Хлеб пшеничный (батон) | 25 | 71.0 |

Всего: 1869.53



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

Меню на 27 декабря 2024 г.

| №10 | 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 | 29/10 | 115.03 |
| 2-й завтрак | Плоды и ягоды свежие (яблоко) | 91 | 90.6 |
| Обед | 1) Суп картофельный с бобовыми | 18/182 | 404.38 |
| | 2) Гуляш из отварного мяса | 52 | 110.25 |
| | 3) Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 130 | 210.07 |
| | 4) Компот из свежих плодов | 180 | 57.6 |
| | 5) Хлеб ржаной | 43 | 86.67 |
| Уплотненный полдник | 1) Пудинг из творога с рисом | 140 | 313.6 |
| | 2) Соус молочный (сладкий) | 30 | 30.45 |
| | 3) Напиток кисломолочный (йогурт) | 132 | 88.34 |
| | 4) Сдоба обыкновенная | 70 | 144.77 |
| | 5) Хлеб пшеничный (батон) | 31 | 95.0 |

Всего: 2177.03