

Директор ГБОУ СОШ № 3

г.о. Октябрьск

Шатрова Л.Ю.

Меню на 28 ноября 2024 г.

№9	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Макаaronные изделия отварные с маслом	155	165.3 31.0
	2) Чай с молоком	150	
	3) Бутерброд с сыром	25/10	126.19 109.89
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	70.12
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	30	35.64
	2) Свекольник с мясом и сметаной	19/122/9	115.11
	3) Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат промышленного производства)	58	182.10
	4) Пюре картофельное	110	103.84
	5) Компот из свежих плодов	150	48.0
	6) Хлеб ржаной	35	69.33
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	130	122.92
	2) Хлеб пшеничный	35	71.00
	3) Кефир	130	67.26
	4) Фрукты и ягоды свежие (груша)	120	72.15

Всего:

1389.85

Утверждаю

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

Меню на 28 ноября 2024 г.

№9	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Макароны изделия отварные с маслом	205	175.0 47.0
	2) Чай с молоком	180	
	3) Бутерброд с сыром	30/14	148.45 151.1
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	181	89.03
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	50	59.4
	2) Свекольник с мясом и сметаной	19/171/10	116.11
	3) Голубцы ленивые «Вкусные» (полуфабрикат промышленного производства)	58	182,1
	4) Пюре картофельное	130	122.72
	5) Компот из свежих плодов	180	57.6
	6) Хлеб ржаной	38	86.67
Уплотненный полдник	1) Омлет натуральный	140	153.45
	2) Хлеб пшеничный	40	95.00
	3) Кефир	132	88.34
	4) Плоды и ягоды свежие (груша)	126	90.6

Всего:

1732.94