

Утверждаю
 И.о директора ГБОУ СОШ № 3
 г.о. Октябрьск
 Лафинчук Е.А.

Меню на 29 октября 2024



№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	125.02
	2) Какао с молоком	180	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/10	109.89
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (груша)	135	72.15
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	35	28.29
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	32/109/9	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе	60/10	
	4) Картофельное пюре	110	138.46
	5) Компот из сушеных фруктов	150	182.10
	6) Хлеб ржаной	40	65.56
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	130	301.60
	2) Соус молочный (сладкий)	20	20.30
	3) Ряженка	140	67.26
	4) Хлеб пшеничный (батон)	29	70.50

Всего: 1525.64
 Утверждаю

Утверждаю
 И.о. директора ГБОУ СОШ № 3
 г. Октябрьск
 Лафичук Е.А.



Меню на 29 октября 2024 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	200	140.0
	2) Какао с молоком	200	140.21
	3) Бутерброд с сыром	34/15	151.10
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (груша)	143	90.6
Обед	1) Салат из соленых огурцов с луком	50	47.15
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	32/157/11	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе	65/12	161.54
	4) Картофельное пюре	130	252.47
	5) Компот из сушеных фруктов	41	86.67
	6) Хлеб ржаной	29	86.67
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	130	324.80
	2) Соус молочный (сладкий)	30	30.45
	3) Ряженка	145	88.34
	4) Хлеб пшеничный (батон)	29	94.0

Всего: 1874.0