

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



Меню на 30 октября 2024 г.

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	138.56
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом	30/8	83.39
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	30	30.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	26/124	126.61
	3) Печень тушеная в сметане	20/9	182.66
	4) Рис отварной	110	48.00
	5) Компот из свежих плодов	150	102.00
	6) Хлеб ржаной	40	
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	100	157.60
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	35	65.15
	4) Кисломолочный напиток (йогурт)	140	67.26
	5) Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	150	72.15

Всего: 1270.14

Утверждаю
 И.о. директора Б.ОУ СОШ № 3
 г. Октябрьск
 Нафинчук ЕА.



Меню на 30 октября 2024 г.

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	200	193.94
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом	34/10	107.61
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	173	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	50	40.73
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	26/174	159.61
	3) Печень тушеная в сметане	27/13	252.07
	4) Рис отварной	130	57.60
	5) Компот из свежих плодов	180	132.00
	6) Хлеб ржаной	42	
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	133	166.19
	2) Яйцо вареное	40	37.45
	3) Хлеб пшеничный	45	86.86
	4) Кисломолочный напиток (йогурт)	145	88.34
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	153	72.15
Всего:			1683.44