

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

Меню на 01 июля 2025 г.

№2	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	130	122.92
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом	30/8	109.89
2-й завтрак	1) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	88	72.15
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	30	35.64
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	45/105	131.05
	3) Тефтели рыбные тушеные	60	121.13
	4) Соус томатный с овощами	20	14.90
	5) Картофельное пюре	110	182.10
	6) Компот из свежих фруктов	150	65.56
	7) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненны й полдник	1) Макароны отварные с маслом	125	232.53
	2) Напиток кисломолочный (йогурт)	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	71.0

Всего: 1421,65

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

Меню на 01 июля 2025 г.

№2	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	140	153.45
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом	33/10	151.10
2-й завтрак	1) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	91	90.60
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	50	59.40
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	46/154	150.10
	3) Тефтели рыбные тушеные	60	148.88
	4) Соус томатный с овощами	20	14.90
	5) Картофельное пюре	130	252.47
	6) Компот из свежих фруктов	180	85.56
	7) Хлеб ржаной	55	86.67
Уплотненны й полдник	1) Макароны отварные с маслом	165	290.66
	2) Напиток кисломолочный (йогурт)	195	88.34
	3) Хлеб пшеничный	46	95.0

Всего: 1815,08