

Утверждаю
И.О. Директора ГБОУ СОШ № 3
г. о. Октябрьск
Шишулина А.В.

Меню на 02 июля 2025 г.

№3	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Жалорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	133,96
	2) Чай с молоком	150	34,80
	3) Бутерброд с повидлом	30/15	85,85
2-й зав трак	Соки яблочный	150	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	30	29.01
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	24/125	81.0 28.8
	3) Плов из говяди	38/140	182.39
	4)Компот из свежих фруктов	150	48.0
	5) Хлеб ржаной	35	69.33
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	130	301.6
	2) Соус молочный (сладкий)	20	20.30
	3) Напиток кисломолочный (ряженка)	150	67.26
	4) Хлеб пшеничный (батон)	35	71.0
	5)Плоды и ягоды свежие(яблоко)	88	72,15

Всего: 1295,57

Утверждаю
И.О. Директора ГБОУ СОШ № 3
г. о. Октябрьск
Шишулина А.В.

Меню на 02 июля 2025 г.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	200	188.7
	2) Чай с молоком	180	41,76
	3) Бутерброд с повидлом	38/23	156.0
2-й завтрак	Сок яблочный	172	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	50	48.35
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	26/175	108.0 28.8
	3) Плов из говядины	39/178	224.51
	4) Компот из свежих фруктов	180	57.6
	5) Хлеб ржаной	52	86.67
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	140	324.8
	2) Соус молочный (сладкий)	20	30.45
	3) Напиток кисломолочный (ряженка)	172	88.34
	4) Хлеб пшеничный (батон)	43	95.0
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	88	90,6

Всего: 1658,61