

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

Меню на 02 сентября 2025 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	125.02
	2) Какао с молоком	180	126.19
	3) Батон	30	109.89
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	98	72.15
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	30	28.29
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	32/113/9	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе	40/10	138.46
	4) Картофельное пюре	110	182.10
	5) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	6) Хлеб ржаной	35	69.33
Уплотненный полдник	1)Макаронные изделия отварные с маслом	155	165,30
	2) Кисломолочный напиток(кефир)	140	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	70.50

Всего: 1351,10

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

Меню на 02 сентября 2025 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) Батон	36	151.10
2-й завтрак	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	99	90.6
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	50	47.15
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	32/163/12	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе	50/12	161.54
	4) Картофельное пюре	130	252.47
	5) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	6) Хлеб ржаной	39	86.67
Уплотненный полдник	1)Макаронные изделия отварные с маслом	205	175,0
	2) Кисломолочный напиток (кефир)	143	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	38	94.0

Всего: 1662,74