

Утверждаю
И.о. директор ГБОУ СОШ № 3
г.о. Октябрьск
Щишулина А.В..

Меню на 05 августа 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	35	109.89
2-й завтрак	Флоды и ягоды свежие (яблоко)	67	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	40/55	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) Сырники из творога	130	301.60
	2) Соус молочный (сладкий)	20	20.30
	3) Кисломолочный напиток (йогурт)	150	67.26
	4) Хлеб пшеничный (батон)	35	70.50

Всего: 1507.70



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

Меню на 05 августа 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	47	151.10
2-й завтрак	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	67	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	50/65	161.54
	4) Картофельное пюре	130	252.47
	5) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	6) Хлеб ржаной	49	86.67
Уютный полдник	1) Сырники из творога	130	324.80
	2) Соус молочный (сладкий)	30	30.45
	3) Кисломолочный напиток (йогурт)	152	88.34
	4) Хлеб пшеничный (батон)	47	94.0

Всего: 1842.99