



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

Меню на 05 сентября 2025 г.

№10	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	150	220.0
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом	35/8	85.85
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие	106	70.12
Обед	1) Нарезка из свежих огурцов	30	20,19
	2) Суп картофельный с бобовыми	13/137	85.35
	3) Гуляш из отварного мяса	40	94.5
	4) Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	182.10
	5) Компот из свежих плодов	150	65.56
	6) Хлеб ржаной	35	69.33
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом	110	268.8
	2) Соус молочный (сладкий)	20	20.3
	3) Напиток кисломолочный (йогурт)	150	67.26
	4) Хлеб пшеничный (батон)	40	95.0

Всего: 1470.55

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

Меню на 05 сентября 2025 г.

№10	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	200	222.02
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом	38/10	115.03
2-й завтрак	Плоды и ягоды свежие	106	89.03
Обед	1) Нарезка из свежих огурцов	50	33,65
	2) Суп картофельный с бобовыми	13/187	113.8
	3) Гуляш из отварного мяса	50	110.25
	4) Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130	210.07
	5) Компот из свежих плодов	180	85.56
	6) Хлеб ржаной	45	86.67
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом	120	313.6
	2) Соус молочный (сладкий)	30	30.45
	3) Напиток кисломолочный (йогурт)	164	88.34
	4) Хлеб пшеничный (батон)	44	95.0

Всего: 1741.92