



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

Меню на 10 июля 2025 г.

| №9                             | Наименование блюда<br>От 1.5 до 3х лет                                         | Масса<br>порции | Калорий<br>ность |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                 | 1)Макаронные изделия<br>отварные с маслом                                      | 155             | 165.3            |
|                                | 2)Кабачковая икра для<br>детского питания                                      | 35              | 31.0             |
|                                | 3) Чай с молоком                                                               | 150             | 126.19           |
|                                | 4) Бутерброд с сыром                                                           | 30/10           | 91.70            |
| <b>2-й завтрак</b>             | 1)Соки овощные,фруктовые и<br>ягодные                                          | 150             | 70.12            |
| <b>Обед</b>                    | 1) Салат из кукурузы<br>(консервированной)                                     | 30              | 35.64            |
|                                | 2)Свекольник с мясом и<br>сметаной                                             | 12/129/9<br>58  | 115.11<br>182.10 |
|                                | 3)Голубцы ленивые<br>«Вкусные» (полуфабрикат<br>промышленного<br>производства) | 110<br>150      | 103.84<br>48.0   |
|                                | 4) Пюре картофельное                                                           | 35              | 69.33            |
|                                | 5) Компот из свежих фруктов                                                    |                 |                  |
|                                | 6) Хлеб ржаной                                                                 |                 |                  |
| <b>Уплотненный<br/>полдник</b> | 1) Омлет натуральный                                                           | 130             | 122.92           |
|                                | 2) Хлеб пшеничный                                                              | 35              | 71.00            |
|                                | 3) Напиток кисломолочный<br>(кефир)                                            | 150             | 67.26            |
|                                | 4)Плоды и ягоды<br>свежие(яблоко)                                              | 106             | 72,15            |
| <b>Всего:</b>                  |                                                                                | <b>1371,66</b>  |                  |



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

Меню на 10 июля 2025 г.

| №9                             | Наименование блюда<br>От 3х лет до 7ми лет                                     | Масса<br>порции | Калорий<br>ность |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                 | 1)Макаронные изделия<br>отварные с маслом                                      | 205             | 175.0            |
|                                | 2)Кабачковая икра для<br>детского питания                                      | 57              | 47.0             |
|                                | 3) Чай с молоком                                                               | 180             | 148.45           |
|                                | 4) Бутерброд с сыром                                                           | 41/14           | 95.0             |
| <b>2-й завтрак</b>             | 1)Соки овощные, фруктовые<br>и ягодные                                         | 171             | 89.03            |
| <b>Обед</b>                    | 1) Салат из кукурузы<br>(консервированной)                                     | 50              | 59.4             |
|                                | 2)Свекольник с мясом<br>сметаной                                               | 12/176/114      | 116.11           |
|                                | 3)Голубцы ленивые<br>«Вкусные» (полуфабрикат<br>промышленного<br>производства) | 58              | 182.10           |
|                                | 4) Пюре картофельное                                                           | 130             | 122.72           |
|                                | 5) Компот из свежих фруктов                                                    | 180             | 57.6             |
|                                | 6) Хлеб ржаной                                                                 | 43              | 86.67            |
| <b>Уплотненный<br/>полдник</b> | 1) Омлет натуральный                                                           | 140             | 153.45           |
|                                | 2) Хлеб пшеничный                                                              | 40              | 95.00            |
|                                | 3) Напиток<br>кисломолочный(кефир)                                             | 157             | 88.34            |
|                                | 4)Плоды и ягод<br>свежие(яблоко)                                               | 108             | 90,60            |

Всего:

1606,47