



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

Меню на 12 февраля 2025 г.

№3	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	133,96
	2) Чай	150	34,80
	3) Бутерброд с повидлом	30/15	85,85
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	70.12
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	30	29.01
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	30/120	81.0 28.8
	3) Плов из говядины	50/110	182.39
	4) Компот из свежих плодов	150	48.0
	5) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	130/20	301.6 20.3
	2) Ряженка, йогурт, снежок, кефир	135	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	71.0

Всего: 1223,42

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



Меню на 12 февраля 2025 г.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорийность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	200	188.7
	2) Чай	180	41,76
	3) Бутерброд с повидлом	35/24	156.0
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	164	89.03
Обед	1) Салат из свеклы с яблоками	50	48.35
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	30/170	108.0
	3) Плов из говядины	50/150	28.8
	4) Компот из свежих плодов	180	224.51
	5) Хлеб ржаной	42	57.6
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	140/30	324.8
	2) Ряженка, йогурт, снежок, кефир	141	30.45
	3) Хлеб пшеничный (батон)	30	88.34
		Всего:	1568,01