

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



Меню на 15 октября 2025 г.

№8	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калори й ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	150.20
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом	35/5	85.85
2-й завтрак	1) Кисломолочный напиток (кефир)	150	67,26
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	30	26,22
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	81,0
	3) Печень тушеная в сметане	30/7	110.57
	4) Рис отварной	110	153.78
	5) Компот из свежих плодов	150	65.56
	6) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненный полдник	1) Винегрет овощной	80	147.60
	2) Хлеб пшеничный	35	71.00
	3) Чай с сахаром	150	24,64
	4) Яйцо вареное	40	30,34
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	140	72,15

Всего: 1281,69

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
Т. О. Октябрьск
Щатрова Л.Ю.

Меню на 15 октября 2025 г.

№8	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	200	270.20
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом	38/8	115.03
2-й завтрак	1) Кисломолочный напиток(кефир)	161	88,34
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	50	43,7
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	108,0
	3) Печень тушеная в сметане	40/7	120.32
	4) Рис отварной	130	181.74
	5) Компот из свежих плодов	180	85.56
	6) Хлеб ржаной	48	86.67
Уплотненны й полдник	1) Винегрет овощной	110	156.19
	2) Хлеб пшеничный	41	95.00
	3) Чай с сахаром	180	24,64
	4) Яйцо вареное	40	30,34
	5) Плоды и ягоды свежие(яблоко)	142	90,60

Всего: 1644,78