



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

Меню на 18 марта 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) Бутерброд с сыром	30/10	109.89
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	90	72.15
Обед	1) Рассольник на курином бульоне со сметаной	36/105/9	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе	40/10	138.46
	4) Картофельное пюре	110	182.10
	5) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	6) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	130	301.60
	2) Соус молочный (сладкий)	20	20.30
	3) Напиток кисломолочный (кефир)	100	67.26
	4) Хлеб пшеничный (батон)	25	70.50

Всего: 1479,41



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

Меню на 18 марта 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) Бутерброд с сыром	31/15	151.10
2-й завтрак	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	98	90.6
Обед	1) Рассольник на курином бульоне со сметаной	37/152/11	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе	50/10	161.54
	4) Картофельное пюре	130	252.47
	5) Компот из сушеных фруктов	180	85,56
	6) Хлеб ржаной	49	86.67
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	135	324.80
	2) Соус молочный (сладкий)	30	30.45
	3) Напиток кисломолочный (кефир)	105	88.34
	4) Хлеб пшеничный (батон)	30	94.0

Всего:

1795,84