

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

Меню на 18 июня 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 с молоком	150	34,80
	3) Бутерброд с повидлом	30/15	85,85
2-й завтрак	Соки яблочный	150	70.12
Обед	1) Салат из свеклы	30	29.01
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	20/125	81.0 28.8
	3) Плов из говядины	30/140	182.39
	4) Компот из сухофруктов	150	48.0
	5) Хлеб ржаной	35	69.33
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	130	301.6
	2) Соус молочный (сладкий)	20	20.30
	3) Напиток кисломолочный (снежок)	140	67.26
	4) Хлеб пшеничный (батон)	30	71.0
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	83	72,15

Всего: 1295,57

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

Меню на 18 июня 2025 г.

№3	Наименование блюда От 3х до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	200	188.7
	2) Чай с молоком	180	41,76
	3) Бутерброд с повидлом	38/23	156.0
2-й завтрак	Сок яблочный	166	89.03
Обед	1) Салат из свеклы	50	48.35
	2) Суп картофельный с мясными фрикадельками	22/175	108.0 28.8
	3) Плов из говядины	33/178	224.51
	4) Компот из сухофруктов	180	57.6
	5) Хлеб ржаной	44	86.67
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога	140	324.8
	2) Соус молочный (сладкий)	20	30.45
	3) Напиток кисломолочный (снежок)	143	88.34
	4) Хлеб пшеничный (батон)	36	95.0
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	84	90,6

Всего: 1658,61