

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

Меню на 18 декабря 2025 г.

| №4                     | Наименование блюда<br>От 1.5 до 3х лет | Масса<br>порции | Калорий<br>ность |
|------------------------|----------------------------------------|-----------------|------------------|
| Завтрак                | 1) Каша пшеничная молочная жидкая      | 150             | 150.96           |
|                        | 2) Какао с молоком                     | 180             | 126.19           |
|                        | 3) Бутерброд с повидлом                | 30/15           | 85.85            |
| 2-й<br>завтрак         | 1) Соки овощные фруктовые и ягодные    | 150             | 70.12            |
|                        | 2) Кондитерские изделия(вафля)         | 21              | 100,0            |
| Обед                   | 1) Щи из свежей капусты с мясом        | 16/125          | 93,4             |
|                        | 2) Пюре из бобовых с маслом            | 130             | 199,0            |
|                        | 3) Биточки с морковью(полуфабрикат)    | 58              | 182,66           |
|                        | 4) Соус томатный                       | 20              | 14,9             |
|                        | 5) Компот из свежих плодов             | 150             | 48,0             |
|                        | 6) Хлеб ржаной                         | 35              | 69.33            |
| Уплотняющ<br>й полдник | 1) Картофель в молоке                  | 100             | 138.0            |
|                        | 2) Чай с сахаром                       | 150             | 24,64            |
|                        | 3) Хлеб пшеничный                      | 30              | 71.0             |
|                        | 4) Ватрушка с повидлом                 | 50              | 92,40            |

Всего: 1466,45

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

Меню на 18 декабря 2025 г.

| №4                      | Наименование блюда<br>От 3х лет до 7ми лет | Масса<br>порции | Калорий<br>ность |
|-------------------------|--------------------------------------------|-----------------|------------------|
| Застрап                 | 1) Каша пшениная молочная жидкая           | 200             | 250.94           |
|                         | 2) Какао с молоком                         | 200             | 140.21           |
|                         | 3) Бутерброд с повидлом                    | 31/17           | 115.03           |
| 2-й<br>застрап          | 1) Соки овощные фруктовые и ягодные        | 170             | 89.03            |
|                         | 2) Кондитерские изделия (вафля)            | 21              | 100,0            |
| Обед                    | 1) Щи из свежей капусты с мясом            | 17/165          | 94,4             |
|                         | 2) Пюре из бобовых с маслом                | 150             | 250,95           |
|                         | 3) Биточки с морковью (полуфабрикат)       | 58              | 252,07           |
|                         | 4) Соус томатный                           | 20              | 14,9             |
|                         | 5) Компот из свежих плодов                 | 180             | 57,6             |
|                         | 6) Хлеб ржаной                             | 37              | 86.67            |
| Уплотненн<br>ый полдник | 1) Картофель в молоке                      | 150             | 165.6            |
|                         | 2) Чай с сахаром                           | 180             | 24,64            |
|                         | 3) Хлеб пшеничный                          | 32              | 95.0             |
|                         | 4) Ватрушка с повидлом                     | 70              | 129,35           |

Всего: 1866,39