



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

Меню на 19 февраля 2025 г.

| №8 | Наименование блюда От 1.5 до 3х лет | Масса порции | Калорий ность |
|---------------------|---|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Вермишель в молоке | 150 | 138.56 |
| | 2) Кофейный напиток с молоком | 150 | 126.19 |
| | 3) Бутерброд с маслом | 30/8 | 83.39 |
| 2-й завтрак | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 150 | 70.12 |
| Обед | 1) Салат из белокочанной капусты | 30 | 30.73 |
| | 2) Суп картофельный с мясными фрикадельками | 22/128 | 126.61 |
| | 3) Печень тушеная в сметане | 40/9 | |
| | 4) Рис отварной | 110 | 182.66 |
| | 5) Компот из свежих плодов | 150 | 48.00 |
| | 6) Хлеб ржаной | 45 | 102.00 |
| Уплотненный полдник | 1) Винегрет овощной | 90 | 157.60 |
| | 2) Хлеб пшеничный | 40 | 65,15 |
| | 3) Кефир, снежок, ряженка, йогурт | 140 | 67,26 |
| | 4) Плоды и ягоды свежие | 130 | 72,15 |

Всего: 1270.42

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

Меню на 19 февраля 2025 г.

| №8 | Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет | Масса порции | Калорий ность |
|-------------------------|--|-----------------|------------------|
| Завтрак | 1) Вермишель в молоке | 200 | 193.94 |
| | 2) Кофейный напиток с молоком | 180 | 148.45 |
| | 3) Бутерброд с маслом | 38/10 | 107.61 |
| 2-й завтрак | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 159 | 89.03 |
| Обед | 1) Салат из белокочанной капусты | 50 | 40.73 |
| | 2) Суп картофельный с мясными фрикадельками | 22/178 | 159.61 |
| | 3) Печень тушеная в сметане | 45/14 | |
| | 4) Рис отварной | 130 | 252.07 |
| | 5) Компот из свежих плодов | 180 | 57.60 |
| | 6) Хлеб ржаной | 48 | 132.00 |
| Уплотненн ый полдник | 1) Винегрет овощной | 110 | 166.19 |
| | 3) Хлеб пшеничный | 45 | 86,86 |
| | 4) Кефир, снежок, ряженка, йогурт | 148 | 88,34 |
| | 5) Фрукты и ягоды свежие | 133 | 72,15 |

Всего: 1594,58