

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

Меню на 19 декабря 2025 г.

№5	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	150	220.0
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Батон нарезной	29	91,7
2-й завт	Соки овощные,фруктовые,ягодные	150	70.12
Обед	1) Борщ с капустой свежей, с мясом	17/120	92,6
	2) Тефтели Нежные(полуфабрикат)	58	170,0
	3) Каша гречневая с маслом	110	182,66
	4) Соус томатный	20	14,9
	5) Чай с сахаром	150	24,64
	6) Хлеб ржаной	35	69.33
Уплотненный полдник	1) Кукуруза консервированная	30	35,64
	2)Макаронные изделия отварные	150	168.0
	3)Компот из сушеных фруктов	150	65,56
	4)Сдоба обыкновенная	50	131,87

Всего:

1463,21

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

Меню на 19 декабря 2025 г.

№5	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	200	222.02
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Батон нарезной	29	95,0
2-й зав	Соки овощные,фруктовые,ягодные	174	89.03
Обед	1) Борщ с капустой свежей, с мясом	17/170	93,6
	2) Тефтели Нежные(полуфабрикат)	58	170,0
	3) Каша гречневая с маслом	130	210.07
	4) Соус томатный	20	14,90
	5)Чай с сахаром	180	24,64
	6) Хлеб ржаной	38	86.67
Уплотненный полдник	1) Кукуруза консервированная	50	59,4
	2)Макаронные изделия отварные	200	224.0
	3) Компот из сушеных фруктов	180	85,56
	4)Сдоба обыкновенная	70	144,77

Всего:

1668,11