

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

Меню на 20 июня 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) Бутерброд с маслом	30/5	109.89
2-й завт	Сок яблочный	150	70.12
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	30	35.64
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	23/123/9	92.6
	3) Тефтели Нежные(полуфабрикат)	58	170,0
	4) Каша гречневая с маслом	110	182,66
	5) Соус томатный	20	14,9
	6) Кисель из кураги	180	48.0
	7) Хлеб ржаной	35	69.33
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане	21/9	110.57
	2)Макаронные изделия отварные	140	168.0
	3) Хлеб пшеничный	35	71.0
	4)Напиток кисломолочный(йогурт)	150	67.26

Всего:

1556,16



ктор ГБОУ С №3
г. о. Октябрьск
Шатрова Л.Ю.

Меню на 20 июня 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) Бутерброд с маслом	36/8	151.10
2-й зав	Сок яблочный	182	89.03
Обед	1) Салат из кукурузы (консервированной)	50	59.40
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	24/170/12	93.60
	3) Тефтели Нежные(полуфабрикат)	58	170,0
	4) Каша гречневая с маслом	130	210.07
	5) Соус томатный	20	14,90
	6) Кисель из кураги	200	48.19
	7) Хлеб ржаной	48	86.67
Уплотненный полдник	1) Печень тушеная в сметане	28/12	120.32
	2)Макаронные изделия отварные	190	224.0
	3) Хлеб пшеничный	44	95.0
	4) Напиток кисломолочный(йогурт)	155	88.34

Всего: 1821,09