

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

Меню на 20 октября 2025 г.

№1	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	150	150.2
	2) Какао с молоком	180	126.19
	3) Бутерброд с маслом	35/8	85.85
2-й завтрак	1) Соки овощные фруктовые и ягодные	150	70.12
Обед	1) Кабачковая икра	40	31.0
	2) Суп с рыбными консервами	32/120	102.47
	3) Биточки с морковью (полуфабрикат)	58	182.66
	4) Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	182.66
	5) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	6) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненный полдник	1) Вареники ленивые	120	211.75
	2) Кисломолочный напиток(снежок)	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	70.50
	4) Плоды и ягоды свежие(яблоко)	135	72,15

Всего: 1487,70

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

Меню на 20 октября 2025 г.

№1	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Вермишель в молоке	200	270.2
	2) Какао с молоком	200	140.21
	3) Бутерброд с маслом	41/10	115.03
2-й завтрак	1) Соки овощные фруктовые и ягодные	174	89.03
Обед	1) Кабачковая икра	55	47.0
	2) Суп с рыбными консервами	40/160	167.30
	3) Биточки с морковью (полуфабрикат)	58	252.07
	4) Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130	210.07
	5) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	6) Хлеб ржаной	51	86.67
Уплотненный полдник	1) Вареники ленивые	125	321.23
	2) Кисломолочный напиток(снежок)	174	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	41	94.0
	4) Плоды и ягоды свежие(яблоко)	135	90,60

Всего:

2057,31