



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
О. Октябрьск
Шатрова Л.Ю.

Меню на 21 марта 2025 г.

№10	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	30/6	85.85
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	70.12
Обед	1) Суп картофельный с бобовыми	14/136	85.35
	2) Гуляш из отварного мяса	50	94.5
	3) Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	182.66
	4) Компот из свежих плодов	150	48.0
	5) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом	115	268.8
	2) Соус молочный (сладкий)	20	20.3
	3) Напиток кисломолочный (кефир)	115	67.26
	4) Хлеб пшеничный (батон)	30	71.0

Всего: 1409,36



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

Меню на 21 марта 2025 г.

№10	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	32/8	115.03
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	186	89.03
Обед	1) Суп картофельный с бобовыми	15/185	113.8
	2) Гуляш из отварного мяса	60	110.25
	3) Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130	210.07
	4) Компот из свежих плодов	180	57.60
	5) Хлеб ржаной	47	86.67
Уплотненный полдник	1) Пудинг из творога с рисом	115	313.6
	2) Соус молочный (сладкий)	30	30.45
	3) Напиток кисломолочный (кефир)	121	88.34
	4) Хлеб пшеничный (батон)	32	95.0

Всего: 1680,31