

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

Мен на 21 октября 2025 г.

№2	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса- порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	130	122.92
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом	35/8	109.89
2-й завтрак	1) Плоды и ягоды свежие(яблоко)	99	72.15
Обед	1) Салат из зеленого горошка (консервированного)	30	35.64
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	45/105	131.05
	3) Котлеты из минтая(полуфабрикат)	58	78,0
	4) Соус томатный с овощами	20	14.90
	5) Картофельное пюре	110	182.10
	6) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	7) Хлеб ржаной	35	69.33
Уплотненны й полдник	1) Макароны отварные с сыром	125	232.53
	2) Напиток кисломолочный(кефир)	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	71.0

Всего: 1378,52



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

Меню на 21 октября 2025 г.

№2	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Омлет натуральный	140	153.45
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом	41/10	151.10
2-й завтрак	1)Плоды и ягоды свежие(яблоко)	100	90.60
Обед	1) Салат из зеленого горошка (консервированного)	50	59.40
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	46/154	150.10
	3) Котлеты из минтая(полуфабрикат)	58	78,0
	4) Соус томатный с овощами	20	14.90
	5) Картофельное пюре	130	252.47
	6) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	7) Хлеб ржаной	44	86.67
Уплотненны й полдник	1) Макароны отварные с сыром	165	290.66
	2) Напиток кисломолочный(кефир)	163	88.34
	3)Хлеб пшеничный	38	95.0

Всего: 1744,70