

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

Меню на 22 мая 2025 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшенная молочная жидкая	150	150.96
	2) Какао с молоком	180	126.19
	3) Бутерброд с маслом	30/6	85.85
2-й завтрак	1) Сок яблочный	150	70.12
	2) Кондитерские изделия (печенье)	17	71.05
Обед	1) Кабачковая икра для детского питания	35	31.0
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	16/125/9	93.4
	3) Рулет с луком и яйцом	40	104.0
	4) Рис отварной	110	153.78
	5) Компот из свежих плодов	150	48.0
	6) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненны й полдник	1) Картофель в молоке	100	138.0
	2) Напиток кисломолочный (кефир)	135	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	71.0
	4) Ватрушка с творогом	50	92.4

Всего: 1372,34



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

Меню на 22 мая 2025 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшенная молочная жидкая	200	250.94
	2) Какао с молоком	200	140.21
	3) Бутерброд с маслом	35/8	115.03
2-й завтрак	1)Сок яблочный	164	89.03
	2)Кондитерские изделия (печенье)	17	142.10
Обед	1) Кабачковая икра для детского питания	51	47.0
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	16/173/11	94.4
	3) Рулет с луком и яйцом	50	121.34
	4) Рис отварной	130	181.74
	5) Компот из свежих плодов	180	57.6
	6) Хлеб ржаной	51	86.67
Уплотненный полдник	1) Картофель в молоке	150	165.6
	2)Напиток кисломолочный (кефир)	141	88.34
	3) Хлеб пшеничный	42	95.0
	4) Ватрушка с творогом	70	129.35

Всего: 1804,35