

Утверждаю
 И.о. директор ГБОУ СОШ № 3
 г. о. Октябрьск
 Шишулина А.В..

Меню на 22 июля 2025 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	125.02
	2) Какао с молоком	180	126.19
	3) Хлеб пшеничный (батон)	35	70.50
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	90	72.15
Обед	1) Салат из свежих огурцов и помидоров	30	28,29
	1) Рассольник на курином бульоне со сметаной	28/113/9	131.05
	2) Рыба, запеченная в сметанном соусе	40/10	138.46
	3) Картофельное пюре	110	182.10
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
Уплотненный полдник	5) Хлеб ржаной	35	69.33
	1) Макароны изделия отварные с маслом	155	165.30
	2) Кабачковая икра для детского питания	35	31.0
	3) Кисломолочный напиток (йогурт)	150	67.26
	4) Хлеб пшеничный (батон)	35	70.50

Всего: 1342,71



Утверждаю
И.о.Директор ГБОУ СОШ № 3
г. о. Октябрьск
Шишулина А.В..

Меню на 22 июля 2025 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калори й ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	200	140.0
	2) Какао с молоком	200	140.21
	3) Хлеб пшеничный (батон)	39	94.0
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	90	90.6
Обед	1) Салат из свежих огурцов и томатов	50	47,15
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	29/161/14	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе	40/14	161.54
	4) Картофельное пюре	130	252.47
	5) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	6) Хлеб ржаной	44	86.67
Уплотненный полдник	1)Макаронные изделия отварные с маслом	205	175.0
	2)Кабачковая икра для детского питания	52	47.0
	3) Кисломолочный напиток (йогурт)	159	88.34
	4) Хлеб пшеничный (батон)	37	94.0

Всего: 1652,64