

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

Меню на 23 октября 2025 г.

№4	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	150	150.96
	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
	2) Кондитерские изделия(вафля)	17	71,05
Обед	1) Кабачковая икра для детского питания	30	31.0
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	27/125/15	93.4
	3) Плов из говядины	160	182,39
	4) Компот из свежих плодов	150	65,56
	5) Хлеб ржаной	35	69.33
Уплотненны й полдник	1) Картофель в молоке	100	138.0
	2) Напиток кисломолочный(йогурт)	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	71.0
	4) Плоды и ягоды свежие(яблоко)	140	72,15

Всего: 1294,26



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

Меню на 23 октября 2025 г.

№4	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Застрак	1) Каша пшеничная молочная жидкая	200	250.94
	2) Какао с молоком	200	140.21
	3) Бутерброд с маслом	42/10	115.03
2-й застрак	1) Соки овощные фруктовые и ягодные	169	89.03
	2) Кондитерские изделия(вафля)	18	71,05
Обед	1) Кабачковая икра для детского питания	50	47.0
	2) Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	27/173/15	94.4
	3) Плов из говядины	200	224,51
	4) Компот из свежих плодов	180	85,56
	5) Хлеб ржаной	44	86.67
Уплотненн ый полдник	1) Картофель в молоке	150	165.6
	2) Напиток кисломолочный(йогурт)	169	88.34
	3) Хлеб пшеничный	37	95.0
	4) Плоды и ягоды свежие(яблоко)	140	90,06

Всего: 1643,40