

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

Меню на 25 марта 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 и сыром	30/5/10	109.89
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (груша)	170	72.15
Обед	1) Салат из горошка зелёного (консервированного)	30	35.64
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	37/113	131.05
	3) Тефтели рыбные тушеные	50	121.13
	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	40	69.33
Уплотненны й полдник	1) Макароны отварные с сыром	130/30	232.53
	2) Напиток кисломолочный (снежок)	150	67.26
	3) Хлеб пшеничный	30	71.0
	4) Ватрушка с творогом	50	92.40

Всего: 1514.05

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

Меню на 25 марта 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 и сыром	35/5/15	151.10
2-й завтрак	Фрукты и ягоды свежие (груша)	186	90.60
Обед	1) Салат из горошка зелёного (консервированного)	50	59.40
	2) Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	42/158	150.10
	3) Тефтели рыбные тушеные	60	148.88
	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	55	86.67
Уплотненны й полдник	1) Макароны отварные с сыром	155/45	290.66
	2) Напиток кисломолочный (снежок)	177	88.34
	3) Хлеб пшеничный	46	95.0
	4) Ватрушка с творогом	70	129.35

**Всего: 1944.93**