



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

Меню на 28 февраля 2025 г.

№5	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	150	220.0
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с маслом	30/5	109.89
2-й завт	Соки овощные,фруктовые,ягодные	159	70.12
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	30	35.64
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	23/121/6	92.6
	3) Печень тушенная в сметане	30	170,0
	4) Каша гречневая с маслом	110	182,66
	5) Соус томатный	20	14.9
	6) Чай	180	34.8
	7) Хлеб ржаной	45	69.33
Уплотненн ый полдник	1) Макароны отварные с сыром	120/30	110.57
	3) Хлеб пшеничный	40	71.0
	4)Снежок,иогурт,кефир,ряженка	150	67.26
	5) Плоды и ягоды свежие (яблоко)	135	72,15

Всего:

1615,11



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

Меню на 28 февраля 2025 г.

№5	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	200	222.02
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с маслом	35/5	151.10
2-й зав	Соки овощные, фруктовые, ягодные	180	89.03
Обед	1) Салат из белокочанной капусты	50	59.40
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	23/170/7	93.60
	3) Печень тушеная в сметане	40	120.32
	4) Каша гречневая с маслом	130	210.07
	5) Соус томатный	20	14,90
	6) Чай	200	41.76
	7) Хлеб ржаной	55	86.67
Уплотненный полдник	1) Макароны отварные с сыром	160/40	290.66
	2) Хлеб пшеничный	43	95.0
	3) Снежок, йогурт, ряженка, кефир	168	88.34
	4) Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	139	90,6

Всего:

1905,26