УТВЕРЖДАЮ
Директор государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения Самарской области
основная общеобразовательная школа № 2 городского округа
Октябрьск Самарской области

Михайловская Н.Н.

Меню СП "Детский сад № 2"ГБОУ ООШ 2 г.о.Октябрьск

на 20 июля 2023 года

от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
14,79	7,42	24,83	225	Вареники ленивые отварные	100
3,15	2,72	12,96	89,0	Какао с молоком	150
2,45	7,55	14,62	136,0	Бутерброд с маслом	35
20,39	17,69	52,41	450	ИТОГО:	285
2-й Завтрак					
4,64	4	6,4	80,00	Кисломолочный продукт (кефир)	160
4,64	4	6,4	80	ИТОГО:	160
Обед					
0,23	1,83	0,71	20,19	Салат из свежих огурцов	30
4,78	3,73	11,12	97,00	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180
4,47	2,53	0,2	42,65	Фрикадельки мясные	25
8,42	7,83	3,33	151,36	Печень говяжья по строгановски	50
6,83	4,84	30,7	193,65	Каша гречневая рассыпчатая	130
0,25	0,02	20,83	84,75	Компот из сушеных фруктов	150
2,64	0,48	13,36	69,6	Хлеб ржаной	40
27,62	21,26	80,25	659,2	ИТОГО:	605
Уплотненный полдник					
9,36	3,29	6,99	94,5	Котлеты рыбные запеченные	70
2,25	4,45	11,39	94,8	Капуста тушеная	120
0,08	0,02	7,00	28,28	Чай с сахаром	150
2,37	0,3	14,49	70,5	Хлеб пшеничный	20
0,72	0,72	17,54	78,76	Фрукт яблоко	179
14,78	8,78	57,408	366,84	ИТОГО:	539

Медсестра СП "Детский сад № 2"ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск: Землякова О.Г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения Самарской области
основная общеобразовательная школа № 2 городского округа
Октябрьск Самарской области

Михайловская Н.Н.

Меню СП "Детский сад № 2"ГБОУ ООШ 2 г.о.Октябрьск

на 20 июля 2023 года

от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
16,27	8,16	27,31	247,5	Вареники ленивые отварные	110
3,67	3,19	15,82	107,0	Какао с молоком	180
4,88	10,13	21,61	196,67	Бутерброд с маслом	50
24,82	21,48	64,74	551,17	ИТОГО:	340
2-й Завтрак					
4,7	4,05	6,48	81,0	Кисломолочный продукт (кефир)	162
4,7	4,05	6,48	81	ИТОГО:	162
Обед					
0,31	2,43	0,95	26,92	Салат из свежих огурцов	40
5,31	4,14	12,35	108	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
4,47	2,53	0,2	42,65	Фрикадельки мясные	25
10,1	9,4	4	141,9	Печень говяжья по строгановски	60
7,98	5,65	35,88	226,34	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
3,64	0,63	17,37	90,5	Хлеб ржаной	52
32,25	24,8	98,52	749,29	ИТОГО:	707
Уплотненный полдник					
10,64	3,76	7,67	107	Котлеты рыбные запеченные	80
2,25	4,45	11,39	94,8	Капуста тушеная	120
0,12	0,04	10	40,42	Чай с сахаром	180
3,31	0,42	20,29	98,7	Хлеб пшеничный	42
0,72	0,72	17,54	78,76	Фрукт яблоко	179
17,04	9,39	66,89	419,68	ИТОГО:	601

Медсестра СП "Детский сад № 2"ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск: Землякова О.Г.