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 10 июля 2023 года

от 1 года до 3х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
7,62	5,4	34,24	215,99	Каша рассыпчатая гречневая	145
2,15	1,46	15,5	84,0	Кофейный напиток с молоком сгущеным	150
3,15	9,71	18,8	153,0	Бутерброд с повидлом	45
12,92	16,57	68,54	452,99	ИТОГО:	340
2-й Завтрак					
0,92	0	18,68	78,1	Сок яблочный	185
0,92	0	18,68	78,11	ИТОГО:	185
Обед					
1,96	3,8	2,85	53,12	Салат из свеклы с сыром	40
5,41	5,44	9,27	108	Суп с рыбными консервами	180
7,68	5,58	3,34	94,24	Голубцы ленивые Вкусные (п/ф)	52
3,46	4,96	31,3	184	Рис отварной	150
2,65	2,33	11,31	77,0	Чай с молоком	150
2,97	0,54	12,91	67,3	Хлеб ржаной	45
24,13	22,65	70,98	583,64	ИТОГО:	617
Уплотненный полдник					
5,08	4,6	0,28	63	Яйцо вареное	40
2,44	3,72	13,33	96,8	Картофель в молоке	110
1,65	3,45	23,4	143,1	Булочка домашняя	60
4,2	3,62	5,8	72,5	Кефир с сахаром	145
0,6	0,6	14,7	66,0	Фрукт яблоко	150
13,97	15,99	57,51	441,4	ИТОГО:	505

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 10 июля 2023 года

от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
9,04	6,41	40,66	256,52	Каша рассыпчатая гречневая	170
2,65	1,79	18,83	102,0	Кофейный напиток с молоком сгущеным	180
2,99	4,72	33,07	187,2	Бутерброд с повидлом	60
14,68	12,92	92,56	545,72	ИТОГО:	410
2-й Завтрак					
0,98	0	19,69	82,3	Сок яблочный	195
0,98	0	19,69	82,29	ИТОГО:	195
Обед					
2,94	5,7	4,28	79,68	Салат из свеклы с сыром	60
6,01	6,05	10,3	120	Суп с рыбными консервами	200
7,68	5,58	3,34	94,24	Голубцы ленивые Вкусные (п/ф)	52
0,2	1,5	1,1	18,3	Соус томатный	20
3,92	5,62	35,47	208,53	Рис отварной	170
2,67	2,34	14,31	89,0	Чай с молоком	180
3,5	0,64	17,7	92,2	Хлеб ржаной	53
26,92	27,43	86,5	701,97	ИТОГО:	735
Уплотненный полдник					
5,08	4,6	0,28	63	Яйцо вареное	40
3,32	5,07	18,17	132	Картофель в молоке	150
2,75	5,76	39	238,5	Булочка домашняя	100
5,22	4,5	7,2	90	Кефир с сахаром	180
0,6	0,6	14,7	66,0	Фрукт яблоко	150
16,97	20,53	79,35	589,5	ИТОГО:	620

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