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 14 сентября 2023 года

от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
12,22	6,12	20,52	185,96	Вареники ленивые отварные	95
3,15	2,72	12,96	89,0	Какао с молоком	150
2,45	7,55	14,62	136,0	Бутерброд с маслом	35
17,82	16,39	48,1	410,96	ИТОГО:	280
2-й Завтрак					
				Кисломолочный продукт (кефир)	187
0	0	0	0	ИТОГО:	187
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
5,72	3,24	0,25	54,59	Фрикадельки мясные	32
10,09	9,38	4,00	141,9	Печень говяжья по строгановски	60
9,45	6,7	42,5	268,12	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,25	0,02	20,83	84,75	Компот из сушеных фруктов	150
2,64	0,48	13,36	69,6	Хлеб ржаной	40
33,16	25,38	92,77	736,15	ИТОГО:	672
Уплотненный полдник					
10,64	3,76	5,99	81	Котлеты рыбные запеченные	80
2,25	4,45	11,39	94,8	Капуста тушеная	120
0,08	0,02	7,00	28,28	Чай с сахаром	150
1,58	0,2	9,66	47,000	Хлеб пшеничный	20
0,6	0,6	14,7	66,00	Фрукт яблоко	150
15,15	9,03	48,738	317,08	ИТОГО:	520

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 14 сентября 2023 года

от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
14,15	7,1	23,76	215,32	Вареники ленивые отварные	110
3,67	3,19	15,82	107,0	Какао с молоком	180
5,38	11,15	23,77	216,3	Бутерброд с маслом	55
23,2	21,44	63,35	538,65	ИТОГО:	345
2-й Завтрак					
5,8	5,0	8,0	100,0	Кисломолочный продукт (кефир)	200
5,8	5	8	100	ИТОГО:	200
Обед					
0,23	1,83	0,71	20,19	Салат из свежих огурцов	30
5,31	4,14	12,35	108	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
5,72	3,24	0,25	54,59	Фрикадельки мясные	32
18,56	17,2	7,28	260,16	Печень говяжья по строгановски	110
9,45	6,7	42,5	268,12	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
3,09	0,56	15,69	81,8	Хлеб ржаной	47
42,8	33,69	106,55	905,87	ИТОГО:	779
Уплотненный полдник					
14,03	4,93	10,47	141,75	Котлеты рыбные запеченные	105
2,34	4,64	11,86	98,75	Капуста тушеная	125
0,12	0,04	10	40,42	Чай с сахаром	180
2,75	0,35	16,91	82,25	Хлеб пшеничный	35
0,6	0,6	14,7	66,00	Фрукт яблоко	150
19,84	10,56	63,94	429,17	ИТОГО:	595

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