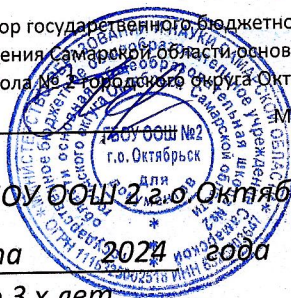


УТВЕРЖДАЮ

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 марта 2024 года  
от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
1,95	3,1	17,1	104	Каша жидкая молочная манная	130
2,34	2	10,63	70,0	Кофейный напиток с молоком	150
2,14	6,61	12,78	119,00	Бутерброд с маслом	35
				ИТОГО:	315
6,43	11,71	40,51	293		

2-й завтрак					
1	0	20,2	85,43	Сок яблочный	200
1,11	1,5	11,43	60,9	Печенье	15
2,11	1,5	31,63	146,33	ИТОГО:	215

Обед					
0,57	1,02	1,25	16,49	Салат из зеленого горошка	20
3,97	2,62	0,2	42,65	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180
3,18	2,02	0,16	34,12	Котлеты Особые	51
13,02	5,27	2,17	108,50	Рагу овощное (3-й вариант)	145
2,47	5,64	1,19	113,39	Компот из сушеных фруктов	150
0,25	0,02	20,83	84,75	Хлеб ржаной	40
2,64	0,48	13,36	69,60	ИТОГО:	606
26,1	17,07	39,16	469,50		

Уплотненный полдник					
5,08	4,6	0,28	63	Яйцо вареное	40
4,35	3,75	6,0	75,0	Кисломолочный продукт (Кефир)	150
8,26	14,36	15,66	251,83	Ватрушка с творогом	105
0,44	0,44	10,78	48,40	Фрукты свежие (яблоко)	110
18,13	23,15	32,72	438,23	ИТОГО:	405

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 марта 2024 года

от 3 х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
<b>Завтрак</b>					
3,4	4,77	26,31	160	Каша жидкая молочная манная	200
2,85	2,41	14,36	91,0	Кофейный напиток с молоком	180
3,98	12,27	23,75	221,0	Бутерброд с маслом	65
10,23	19,45	64,42	472	ИТОГО:	445
<b>2-й Завтрак</b>					
1	0	20,2	85,43	Сок яблочный	200
1,11	1,5	11,43	60,9	Печенье	15
2,11	1,5	31,63	146,33	ИТОГО:	215
<b>Обед</b>					
0,63	1,13	1,37	18,14	Салат из зелёного горошка	22
5,13	4,14	12,35	108,00	Суп картофельный с	200
3,97	2,52	0,2	42,65	мясными фрикадельками	25
13,02	5,27	2,17	108,50	Котлеты Особые	51
3,36	7,69	17,99	154,62	Рагу овощное (3-й вариант)	180
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
3,43	0,62	17,36	90,48	Хлеб ржаной	52
29,98	21,39	79,21	635,39	ИТОГО:	710
<b>Уплотненный полдник</b>					
5,08	4,6	0,28	63	Яйцо вареное	40
4,78	4,12	6,6	82,5	Кисломолочный продукт (Кефир)	165
8,26	14,36	15,66	251,83	Ватрушка с творогом	105
0,44	0,44	10,78	48,40	Фрукты свежие (яблоко)	110
18,56	23,52	33,32	445,73	ИТОГО:	420

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

Землякова О.Г.