

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 22 марта 2024 года  
 от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
<b>Завтрак</b>					
9,55	4,69	9,33	117,65	Вареники ленивые отварные	65
0,27	1,48	0,59	15,85	Соус сметанный натуральный	9
2,34	2	10,63	70,00	Кофейный напиток с молоком	150
4,39	2,17	29,99	153,4	Батон нарезной	50
16,55	10,34	50,54	356,88	ИТОГО:	274
<b>2-й Завтрак</b>					
4,35	3,75	6	75,0	Кисломолочный продукт (кефир)	150
1,11	1,5	11,43	60,9	Печенье	15
5,46	5,25	17,43	135,9	ИТОГО:	165
<b>Обед</b>					
0,26	1,53	0,79	17,94	Салат из солёных огурцов с луком	30
1,04	2,93	5,09	50,85	Щи из свежей капусты с картофелем	150
11,34	9	17,81	197,15	Жаркое по домашнему	150
0,25	0,02	20,83	84,75	Компот из сушеных фруктов	150
2,97	0,54	15,03	78,3	Хлеб ржаной	45
15,86	14,02	59,55	428,99	ИТОГО:	525
<b>Уплотненный полдник</b>					
3,7	5,5	19	142,2	Каша "Дружба"	150
17,64	16,06	48,42	424,79	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	100
4,58	4,08	7,58	85,00	Молоко кипячёное	150
0,43	0,43	10,19	45,76	Фрукты свежие (яблоко)	107
26,35	26,07	85,19	697,75	ИТОГО:	507

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 22 марта 2024 года

от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
16,66	8,18	16,29	205,42	Вареники ленивые отварные	110
0,3	1,65	0,66	18,61	Соус сметанный натуральный	10
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
5,27	2,6	35,99	184,04	Батон нарезной	60
25,08	14,84	67,3	499,07	ИТОГО:	360

2-й завтрак					
5,51	4,75	7,6	95,0	Кисломолочный продукт (кефир)	190
1,11	1,5	11,43	60,9	Печенье	15
6,62	6,25	19,03	155,9	ИТОГО:	205

Обед					
0,35	2,04	1,05	23,92	Салат из солёных огурцов с луком	40
1,39	3,91	6,79	67,8	Щи из свежей капусты с картофелем	200
11,55	10,27	20,46	211,28	Жаркое по домашнему	165
0,44	0,02	27,77	113,0	Компот из сушеных фруктов	180
3,63	0,66	18,37	95,7	Хлеб ржаной	55
17,36	16,9	74,44	511,7	ИТОГО:	640

Уплотненный полдник					
3,7	5,5	19	142,2	Каша "Дружба"	150
17,64	16,06	48,42	424,79	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	100
5,48	4,88	9,07	102,00	Молоко кипячёное	180
0,43	0,43	10,19	45,76	Фрукты свежие (яблоко)	107
27,25	26,87	86,68	714,75	ИТОГО:	537

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

Землякова О.Г.