

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 21 мая 2024 года
 от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
11,13	8,72	13,73	180,3	Запеканка из творога	65
0,6	0,14	4	30,4	Соус молочный сладкий	30
3,15	2,72	2,96	89,0	Какао с молоком	150
4,73	6,88	14,56	139,00	Бутерброд с сыром	40
19,61	18,46	35,25	438,7	ИТОГО:	285
2-й завтрак					
4,35	3,75	6	75,0	Кисломолочный продукт (Кефир)	150
1,1	1,5	11,43	60,9	Печенье	15
5,45	5,25	17,43	135,9	ИТОГО:	165
Обед					
0,41	1,85	2,53	28,44	Винегрет овощной	30
1,26	2,06	7,28	52,35	Суп картофельный с клецками	150
3,13	2,59	15,31	97,5	Клецки мучные	30
9,85	4,36	11,7	124,23	Зразы рыбные с яйцом	80
2,26	4,45	11,39	94,8	Капуста тушеная	120
0,12	0,12	17,91	73,2	Компот из свежих плодов	150
2,76	0,51	14,02	73,08	Хлеб ржаной	42
19,79	15,94	80,14	543,6	ИТОГО:	602
Уплотненный полдник					
5,7	2,55	3,4	57,83	Птица тушеная с овощами	60
2,56	3,64	22,95	134,8	Рис отварной	110
0,07	0,01	7,1	29,0	Чай с лимоном	150
1,65	0,21	10,14	49,35	Хлеб пшеничный	21
9,98	6,41	43,59	270,93	ИТОГО:	341

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 21 мая 2024 года

от 3 х до 7-ми лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
17,14	13,41	21,13	277,4	Запеканка из творога	100
0,6	0,14	4	30,4	Соус молочный сладкий	30
3,67	3,19	15,82	107,0	Какао с молоком	180
6,68	8,45	19,39	180,00	Бутерброд с сыром	55
28,09	25,19	60,34	594,8	ИТОГО:	365
2-й Завтрак					
5	4,31	6,95	86,5	Кисломолочный продукт (Кефир)	173
2,2	3	22,86	121,8	Печенье	30
7,2	7,31	29,81	208,3	ИТОГО:	203
Обед					
0,68	3,09	4,22	47,4	Винегрет овощной	50
1,51	2,47	8,74	62,82	Суп картофельный с клецками	180
3,13	2,59	15,31	97,5	Клецки мучные	30
11,08	4,9	13,16	139,76	Зразы рыбные с яйцом	90
2,26	4,45	11,39	94,8	Капуста тушеная	120
0,14	0,14	21,5	87,84	Компот из свежих плодов	180
3,17	0,57	16,03	83,52	Хлеб ржаной	48
21,97	18,21	90,35	613,64	ИТОГО:	698
Уплотненный полдник					
11,4	5,1	5,54	109,64	Птица тушеная с овощами	120
3,99	4,3	27,13	159,5	Рис отварной	130
0,12	0,02	10,2	41,0	Чай с лимоном	180
3	0,38	18,35	89,30	Хлеб пшеничный	38
18,51	9,8	61,22	399,40	ИТОГО:	468

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



Землякова О.Г.