

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 июня 2024 года  
от 1 г. до 3 х лет

| Пищевая ценность           |         |          |        | Наименование блюда                                | Выход |
|----------------------------|---------|----------|--------|---|-------|
| Белки                      | Жиры    | Углеводы | Ккал   |   |       |
| <b>Завтрак</b>             |         |          |        |   |       |
| 4,10                       | 4,86    | 24,40    | 157,71 | Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом | 160   |
| 2,38                       | 2,01    | 11,97    | 75,86  | Кофейный напиток с молоком                        | 150   |
| 6,67                       | 8,45    | 19,38    | 179,99 | Бутерброд с сыром                                 | 55    |
| 13,15                      | 15,32   | 55,75    | 413,56 | ИТОГО:  | 365   |
| <b>2-й завтрак</b>         |         |          |        |   |       |
| 4,50                       | 3,87    | 6,51     | 95,26  | Кисломолочный продукт (ряженка)                   | 155   |
| 4,50                       | 3,87    | 6,51     | 95,26  | ИТОГО:  | 155   |
| <b>Обед</b>                |         |          |        |   |       |
| 0,67                       | 3,09    | 3,9      | 46,05  | Салат из репчатого лука                           | 50    |
| 1,17                       | 3,5     | 7,17     | 64,67  | Борщ с капустой и картофелем со сметаной          | 150   |
| 8,67                       | 6,97    | 2,23     | 106,31 | Гуляш из отварного мяса                           | 60    |
| 3,06                       | 4,8     | 20,44    | 137,00 | Картофельное пюре                                 | 150   |
| 1,22                       | #ДЕЛ/0! | 26,12    | 104,57 | Кисель  | 180   |
| 2,64                       | 0,48    | 13,36    | 69,6   | Хлеб ржаной                                       | 40    |
| 17,43                      | #ДЕЛ/0! | 73,22    | 528,20 | ИТОГО:  | 630   |
| <b>Уплотненный полдник</b> |         |          |        |   |       |
| 5,08                       | 4,60    | 0,28     | 63     | Яйцо вареное                                      | 40    |
| 13,37                      | 23,25   | 25,35    | 407,72 | Ватрушка с творогом                               | 170   |
| 5,48                       | 4,88    | 9,07     | 102,00 | Молоко кипячёное                                  | 180   |
| 0,53                       | 0,53    | 13,03    | 58,52  | Фрукты свежие (яблоко)                            | 133   |
| 24,46                      | 33,26   | 47,73    | 631,24 | ИТОГО:  | 523   |

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

*З.г.*

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 июня 2024 года  
от 3х до 7 лет

| Пищевая ценность |      |          |      | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал |                    |       |

| <b>Завтрак</b> |       |       |        |   |     |
|----------------|-------|-------|--------|---|-----|
| 6,42           | 7,60  | 38,12 | 246,43 | Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом | 250 |
| 2,85           | 2,41  | 14,36 | 91,00  | Кофейный напиток с молоком                        | 180 |
| 9,10           | 11,53 | 26,43 | 245,44 | Бутерброд с сыром                                 | 75  |
| 18,37          | 21,54 | 78,91 | 582,87 | ИТОГО:  | 505 |

| <b>2-й завтрак</b> |      |      |       |                                 |     |
|--------------------|------|------|-------|---------------------------------|-----|
| 5,51               | 4,75 | 7,98 | 95,26 | Кисломолочный продукт (ряженка) | 190 |
| 5,51               | 4,75 | 7,98 | 95,26 | ИТОГО:                          | 190 |

| <b>Обед</b> |       |       |        |  |     |
|-------------|-------|-------|--------|--|-----|
| 0,67        | 3,09  | 3,9   | 46,05  | Салат из репчатого лука                  | 50  |
| 1,4         | 4,2   | 8,6   | 77,6   | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 180 |
| 9,39        | 7,55  | 2,41  | 115,17 | Гуляш из отварного мяса                  | 65  |
| 3,06        | 4,8   | 20,44 | 137,00 | Картофельное пюре                        | 150 |
| 1,36        | 0     | 29,02 | 116,19 | Кисель                                   | 200 |
| 3,37        | 0,61  | 17,03 | 88,74  | Хлеб ржаной                              | 51  |
| 19,25       | 20,25 | 81,40 | 580,75 | ИТОГО:                                   | 696 |

| <b>Уплотненный полдник</b> |       |       |        |                        |     |
|----------------------------|-------|-------|--------|------------------------|-----|
| 5,08                       | 4,60  | 0,28  | 63     | Яйцо вареное           | 40  |
| 13,37                      | 23,25 | 25,35 | 407,72 | Ватрушка с творогом    | 170 |
| 5,48                       | 4,88  | 9,07  | 102,00 | Молоко кипяченое       | 180 |
| 0,53                       | 0,53  | 13,03 | 58,52  | Фрукты свежие (яблоко) | 133 |
| 24,46                      | 33,26 | 47,73 | 631,24 | ИТОГО:                 | 523 |

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

Землякова О.Г.