

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 28 июня 2024 года

до 3х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
11,02	5,41	10,76	135,75	Вареники ленивые отварные	75
0,3	1,64	0,66	18,60	Соус сметанный натуральный	10
2,34	2	10,63	70,00	Кофейный напиток с молоком	150
3,51	1,74	23,99	122,27	Батон нарезной	40
17,17	10,79	46,04	346,62	ИТОГО:	275

2-й завтрак					
5,07	4,37	7	87,5	Кисломолочный продукт (кефир)	175
0,65	0,88	6,72	35,82	Печенье	10
5,72	5,25	13,72	123,32	ИТОГО:	185

Обед					
0,35	2,04	1,05	23,92	Салат из солёных огурцов с луком	40
1,04	2,93	5,09	50,85	Щи из свежей капусты с картофелем	150
10,58	8,4	16,62	184,00	Жаркое по - домашнему	140
0,25	0,02	20,83	84,8	Компот из сушеных фруктов	150
2,64	0,48	13,36	69,6	Хлеб ржаной	40
14,86	13,87	56,95	413,12	ИТОГО:	520

Уплотненный полдник					
2,84	4,4	15,2	113,8	Каша "Дружба"	120
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
0,54	0,54	13,33	59,84	Плоды свежие (яблоко)	136
25,6	25,08	84,53	683,39	ИТОГО:	506

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 28 июня 2024 года
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
19,09	9,37	18,66	235,3	Вареники ленивые отварные	130
0,3	1,64	0,66	18,60	Соус сметанный натуральный	10
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
3,96	0,71	20,04	104,40	Батон нарезной	60
26,2	14,13	53,72	449,3	ИТОГО:	380
2-й завтрак					
5,07	4,37	7	87,5	Кисломолочный продукт (кефир)	175
0,65	0,88	6,72	35,82	Печенье	10
5,72	5,25	13,72	123,32	ИТОГО:	185
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
12,09	9,6	18,99	210,29	Жаркое по - домашнему	160
0,44	0,02	27,77	113,0	Компот из сушеных фруктов	180
3,62	0,66	18,36	95,7	Хлеб ржаной	55
17,89	16,23	72,96	510,71	ИТОГО:	635
Уплотнённый полдник					
4,19	6,23	21,53	161,2	Каша "Дружба"	170
17,64	16,06	48,42	424,79	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	100
5,64	5,03	9,34	104,83	Молоко кипячёное	185
0,54	0,54	13,33	59,84	Фрукты свежие (яблоко)	136
28,01	27,86	92,62	750,62	ИТОГО:	591

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

Землякова О.Г.