

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 4 июля 2024 года

от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
12,67	3,34	21,27	192,85	Вареники ленивые отварные	90
0,15	0,82	0,33	9,31	Соус сметанный натуральный	5
3,67	3,19	15,82	107,0	Какао с молоком	180
4,37	2,17	29,99	153,37	Батон нарезной	50
20,86	9,52	67,41	462,53	ИТОГО:	325
2-й Завтрак					
5,65	4,85	7,80	97,5	Кисломолочный продукт (кефир)	195
1,85	2,5	19,05	101,5	Печенье	25
7,5	7,35	26,85	199	ИТОГО:	220
Обед					
1,2	3	5,94	55,74	Салат из картофеля с солёными огурцами	60
5,31	4,14	12,35	108	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
6,25	3,54	0,28	59,7	Фрикадельки мясные	35
9,25	8,61	3,66	130,07	Печень говяжья по строгановски	55
10,101	7,167	45,452	286,699	Каша рассыпчатая гречневая	190
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
3,81	3,73	19,36	100,92	Хлеб ржаной	58
36,361	30,207	114,812	854,129	ИТОГО:	778
Уплотненный полдник					
12,77	4,51	9,19	128,37	Котлеты рыбные запеченные	96
2,437	4,82	12,339	102,7	Капуста тушеная	130
0,12	0,04	10	40,42	Чай с сахаром	180
2,12	0,27	13,03	63,45	Хлеб пшеничный	27
0,64	0,64	15,68	70,40	Фрукт яблоко	160
18,087	10,28	60,239	405,34	ИТОГО:	593

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

Землякова О.Г.