



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 12 сентября 2024 года
от 1 г. до 3 х лет

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

| Завтрак | | | | | |
|---------|------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 8,87 | 4,45 | 13,94 | 131,0 | Вареники ленивые отварные | 75 |
| 0,18 | 0,99 | 0,39 | 11,16 | Соус сметанный натуральный | 5 |
| 3,15 | 2,72 | 12,96 | 89,0 | Какао с молоком | 150 |
| 3,51 | 1,74 | 23,99 | 122,27 | Батон нарезной | 35 |
| 15,71 | 9,9 | 51,28 | 353,43 | ИТОГО: | 265 |

| 2-й завтрак | | | | | |
|-------------|------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 5,07 | 4,35 | 7,00 | 87,5 | Кисломолочный продукт (кефир) | 119 |
| 0,44 | 0,6 | 4,57 | 24,36 | Печенье | 10 |
| 5,51 | 4,95 | 11,57 | 111,86 | ИТОГО: | 129 |

| Обед | | | | | |
|-------|--------|--------|--------|--|-----|
| 0,8 | 2 | 3,96 | 37,16 | Салат из картофеля с солёными огурцами | 25 |
| 4,78 | 3,73 | 11,12 | 97,00 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180 |
| 3,81 | 2,02 | 0,16 | 34,12 | Фрикадельки мясные | 20 |
| 6,2 | 4,39 | 27,89 | 175,96 | Печень говяжья по строгановски | 40 |
| 6,83 | 4,84 | 30,7 | 193,65 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 |
| 0,25 | 0,015 | 20,83 | 84,75 | Компот из сушеных фруктов | 150 |
| 2,9 | 0,53 | 14,69 | 76,56 | Хлеб ржаной | 40 |
| 25,57 | 17,525 | 109,35 | 699,2 | ИТОГО: | 605 |

| Уплотненный полдник | | | | | |
|---------------------|------|--------|--------|---------------------------|-----|
| 8,25 | 2,91 | 5,94 | 82,92 | Котлеты рыбные запеченные | 75 |
| 2,25 | 4,45 | 11,39 | 94,80 | Капуста тушеная | 160 |
| 0,08 | 0,02 | 7,00 | 28,28 | Чай с сахаром | 150 |
| 2,12 | 0,27 | 13,03 | 63,45 | Хлеб пшеничный | 25 |
| 0,36 | 0,36 | 0,2 | 39,60 | Фрукт яблоко | 101 |
| 13,06 | 8,01 | 37,558 | 309,05 | ИТОГО: | 511 |

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 12 сентября 2024 года

от 3х до 7 лет

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход |
|----------------------------|-------|----------|--------|--|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | | |
| Завтрак | | | | | |
| 11,26 | 2,96 | 18,91 | 171,42 | Вареники ленивые отварные | 100 |
| 0,21 | 1,15 | 0,46 | 13,03 | Соус сметанный натуральный | 5 |
| 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,0 | Какао с молоком | 180 |
| 3,93 | 1,95 | 26,99 | 138,03 | Батон нарезной | 40 |
| 19,07 | 9,25 | 62,18 | 429,48 | ИТОГО: | 325 |
| 2-й Завтрак | | | | | |
| 5,16 | 4,43 | 7,12 | 89,0 | Кисломолочный продукт (кефир) | 119 |
| 0,74 | 1 | 7,62 | 40,6 | Печенье | 15 |
| 5,9 | 5,43 | 14,74 | 129,6 | ИТОГО: | 134 |
| Обед | | | | | |
| 0,8 | 2 | 3,96 | 37,16 | Салат из картофеля с солёными огурцами | 30 |
| 5,31 | 4,14 | 12,35 | 108 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 200 |
| 3,81 | 2,02 | 0,16 | 34,12 | Фрикадельки мясные | 20 |
| 7,57 | 7,04 | 2,99 | 106,42 | Печень говяжья по строгановски | 50 |
| 6,83 | 4,84 | 30,7 | 193,65 | Каша рассыпчатая гречневая | 200 |
| 0,44 | 0,02 | 27,77 | 113 | Компот из сушеных фруктов | 180 |
| 2,89 | 2,83 | 14,68 | 76,56 | Хлеб ржаной | 49 |
| 27,65 | 22,89 | 92,61 | 668,91 | ИТОГО: | 729 |
| Уплотненный полдник | | | | | |
| 9,97 | 3,52 | 7,18 | 100,29 | Котлеты рыбные запеченные | 75 |
| 2,25 | 4,45 | 11,39 | 94,80 | Капуста тушеная | 160 |
| 0,12 | 0,04 | 10 | 40,42 | Чай с сахаром | 180 |
| 2,12 | 0,27 | 13,03 | 63,45 | Хлеб пшеничный | 34 |
| 0,36 | 0,36 | 0,2 | 39,60 | Фрукт яблоко | 105 |
| 14,82 | 8,64 | 41,8 | 338,56 | ИТОГО: | 554 |

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

Землякова О.Г.