

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 20 сентября 2024 года
 от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
15,15	7,44	14,81	186,67	Вареники ленивые отварные	100
0,15	0,83	0,33	9,31	Соус сметанный натуральный	5
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
3,50	1,74	23,99	122,70	Батон нарезной	40
21,66	12,41	53,49	409,67	ИТОГО:	325
2-й Завтрак					
4,21	3,63	5,80	72,50	Кисломолочный продукт (кефир)	145
1,11	1,50	11,43	60,90	Печенье	15
5,32	5,13	17,23	133,40	ИТОГО:	160
Обед					
0,26	1,53	0,79	17,94	Салат из солёных огурцов с луком	30
1,39	3,91	6,79	67,80	Щи из свежей капусты с картофелем	200
11,34	9,00	17,81	197,15	Жаркое по - домашнему	150
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
1,72	0,52	14,35	45,24	Хлеб ржаной	20
15,15	14,98	67,51	441,13	ИТОГО:	580
Уплотненный полдник					
3,70	5,50	19,00	142,20	Каша "Дружба"	150
15,88	14,45	43,58	382,31	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	90
4,12	3,67	6,82	76,50	Молоко кипячёное	135
0,40	0,40	9,80	44,00	Флоды свежие (яблоко)	100
24,10	24,03	79,20	645,01	ИТОГО:	475

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

Землякова О.Г.