

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 10 октября 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	80
0,21	1,15	0,46	13,03	Соус сметанный натуральный	2
3,67	3,19	15,82	107,0	Какао с молоком	180
3,93	1,95	26,99	138,03	Батон нарезной	38
19,07	9,25	62,18	429,48	ИТОГО:	300
2-й завтрак					
5,16	4,43	7,12	89,0	Кисломолочный продукт (кефир)	133
0,74	1	7,62	40,6	Печенье	15
5,9	5,43	14,74	129,6	ИТОГО:	148
Обед					
0,8	2	3,96	37,16	Салат из картофеля с солеными 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	60
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	41
27,65	22,89	92,61	668,91	ИТОГО:	731
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	39
0,36	0,36	0,2	39,60	Фрукт яблоко	72
14,82	8,64	41,8	338,56	ИТОГО:	526

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 10 октября 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	60
0,18	0,99	0,39	11,16	Соус сметанный натуральный	2
3,15	2,72	12,96	89,0	Какао с молоком	150
3,51	1,74	23,99	122,27	Батон нарезной	37
15,71	9,9	51,28	353,43	ИТОГО:	249

2-й Завтрак

5,07	4,35	7,00	87,5	Кисломолочный продукт (кефир)	133
0,44	0,6	4,57	24,36	Печенье	15
5,51	4,95	11,57	111,86	ИТОГО:	148

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	45
6,83	4,84	35,7	193,65	Каша рассыпчатая гречневая	130
0,25	0,015	20,83	84,75	Компот из сушеных фруктов	150
2,9	0,53	14,69	76,56	Хлеб ржаной	41
25,57	17,525	109,35	699,2	ИТОГО:	591

Уплотненный полдник

8,25	2,91	5,94	82,92	котлеты рыбные запеченные	60
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	35
0,36	0,36	0,2	39,60	Фрукт яблоко	72
13,06	8,01	37,558	309,05	ИТОГО:	477

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



Землякова О.Г.