

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 11 октября 2024 года  
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
5,39	6,38	32,02	207,00	Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом	250
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
7,02	8,90	20,40	189,46	Бутерброд с сыром	55
15,26	17,69	66,78	487,46	ИТОГО:	485

<b>2-й завтрак</b>					
6,54	5,6390977	9,47	95,26	Кисломолочный продукт (ряженка)	150
6,54	5,6390977	9,47	95,26	ИТОГО:	150

<b>Обед</b>					
0,67	3,09	3,9	46,05	Салат из репчатого лука	20
1,4	4,2	8,6	77,6	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180
14,862857	11,957143	3,81857143	182,25	Гуляш из отварного мяса	90
3,06	4,8	20,44	137,00	Картофельное пюре	115
1,36	0	29,02	116,19	Кисель	200
3,04	0,55	15,39	80,176471	Хлеб ржаной	47
24,39	24,60	81,17	639,27	ИТОГО:	652

<b>Уплотненный полдник</b>					
5,08	4,60	0,28	63	Яйцо вареное	20
8,26	14,36	15,66	251,83	Ватрушка с творогом	105
6,66	5,94	11,03	124,05	Молоко кипяченое	180
0,5263158	0,53	12,8947368	57,894737	Фрукты свежие (яблоко)	50
20,53	25,42	39,87	496,78	ИТОГО:	355

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 11 октября 2024 года  
от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
<b>Завтрак</b>					
5,39	6,38	32,02	207,00	Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом	180
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	150
8,41	10,65	24,43	226,89	Бутерброд с сыром	52
16,65	19,44	70,81	524,89	ИТОГО:	382
<b>2-й Завтрак</b>					
6,69	5,7692308	9,69	95,26	Кисломолочный продукт (ряженка)	150
6,69	5,7692308	9,69	95,26	ИТОГО:	150
<b>Обед</b>					
0,67	3,09	3,9	46,05	Салат из репчатого лука	20
1,40	4,2	8,60	77,60	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150
14,948276	12,025862	3,84051724	183,29741	Гуляш из отварного мяса	75
3,06	4,8	20,44	137,00	Картофельное пюре	105
1,36	0	29,02	116,19	Кисель	180
2,97	0,54	15,03	78,3	Хлеб ржаной	45
24,41	24,66	80,83	638,44	ИТОГО:	575
<b>Уплотненный полдник</b>					
5,08	4,60	0,28	63	Яйцо вареное	20
8,26	14,36	15,66	251,83	Ватрушка с творогом	105
6,29	5,61	10,42	117,16	Молоко кипячёное	170
0,5263158	0,53	12,8947368	57,894737	Фрукты свежие (яблоко)	50
20,16	25,09	39,25	489,89	ИТОГО:	345

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

Землякова О.Г.