

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 18 октября 2024 года
от 1 до 3-х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
14,39	7,07	14,07	177,33	Вареники ленивые отварные	95
0,30	1,65	0,66	18,61	Соус сметанный натуральный	10
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
1,49	0,74	10,20	52,15	Батон нарезной	17
18,56	11,46	36,89	323,92	ИТОГО:	272

2-й завтрак					
4,03	3,48	5,56	69,50	Кисломолочный продукт (кефир)	139
0,74	1,00	7,62	40,60	Печенье	10
4,77	4,48	13,18	110,10	ИТОГО:	149

Обед					
0,26	1,53	0,79	17,94	Салат из солёных огурцов с луком	30
1,04	2,93	5,09	50,85	Щи из свежей капусты с картофелем	150
11,34	9,00	17,81	197,15	Жаркое по - домашнему	150
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
1,85	0,52	14,35	48,72	Хлеб ржаной	28
14,86	14,00	61,18	408,83	ИТОГО:	508

Уплотненный полдник					
2,96	4,40	15,20	113,76	Каша "Дружба"	120
15,88	14,45	43,58	382,31	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	90
4,52	4,03	7,48	83,87	Молоко кипячёное	148
0,20	0,20	4,90	22,00	Фрукты свежие (яблоко)	50
23,55	23,08	71,16	601,94	ИТОГО:	408

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 18 октября 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
0,33	1,82	0,73	20,47	Соус сметанный натуральный	11
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
1,58	0,78	10,80	55,21	Батон нарезной	18
19,91	12,44	40,69	353,35	ИТОГО:	309
2-й Завтрак					
4,03	3,48	5,56	69,50	Кисломолочный продукт (кефир)	139
0,74	1,00	7,62	40,60	Печенье	10
4,77	4,48	13,18	110,10	ИТОГО:	149
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
1,91	0,52	14,35	50,46	Хлеб ржаной	29
15,34	14,98	67,51	446,35	ИТОГО:	589
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 маковый с яйцом	90
4,82	4,30	7,98	89,53	Молоко кипячёное	158
0,20	0,20	4,90	22,00	Фрукты свежие (яблоко)	50
24,60	24,45	75,46	636,04	ИТОГО:	448

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

Землякова О.Г.