

УТВЕРЖДАЮ



Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области основная общеобразовательная школа № 7 городского округа Октябрьск Самарской области

Михайловская Н.Н.

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

на 11 ноября 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
0,45	2,48	0,99	27,92	Соус сметанный натуральный	15
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
4,56	2,26	31,19	159,50	Батон нарезной	52
23,01	14,58	61,35	465,09	ИТОГО:	347

2-й Завтрак					
4,26	3,68	5,88	73,50	Кисломолочный продукт (кефир)	147
1,11	1,50	11,43	60,90	Печенье	15
5,37	5,18	17,31	134,40	ИТОГО:	162

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
9,83	7,80	15,44	170,86	Жаркое по - домашнему	130
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
2,77	0,52	14,35	73,08	Хлеб ржаной	42
14,69	13,78	65,14	442,68	ИТОГО:	582

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
2,60	2,31	4,30	48,17	Молоко кипячёное	85
0,60	0,60	14,70	66,00	Фрукты свежие (яблоко)	150
22,77	22,87	81,57	638,68	ИТОГО:	475

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

Землякова О.Г.