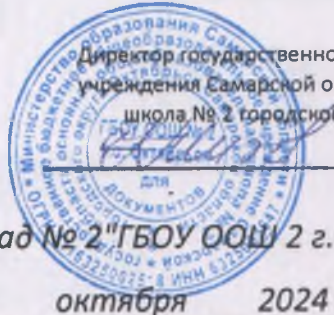


УТВЕРЖДАЮ



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

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
7,09	3,56	11,15	104,8	Вареники ленивые отварные	60
0,18	0,99	0,39	11,16	Соус сметанный натуральный	5
3,15	2,72	12,96	89,0	Какао с молоком	150
4,01	1,99	27,42	139,73	Батон нарезной	40
14,43	9,26	51,92	344,69	ИТОГО:	255

2-й Завтрак					
5,07	4,35	7,00	87,5	Кисломолочный продукт (кефир)	119
0,74	1	7,62	40,6	Печенье	15
5,81	5,35	14,62	128,1	ИТОГО:	134

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
5,89	4,17	26,5	167,16	Печень говяжья по строгановски	38
5,69	4,03	25,58	161,38	Каша рассыпчатая гречневая	125
0,25	0,015	20,83	84,75	Компот из сушеных фруктов	150
3,19	0,58	16,16	84,22	Хлеб ржаной	44
24,41	16,545	104,31	665,79	ИТОГО:	582

Уплотненный полдник					
9,02	3,18	6,5	90,66	Котлеты рыбные запеченные	82
1,69	3,34	8,54	71,10	Капуста тушеная	120
0,08	0,02	7,00	28,28	Чай с сахаром	150
2,54	0,32	15,64	76,14	Хлеб пшеничный	30
0,24	0,24	0,13	26,40	Фрукт яблоко	70
13,57	7,1	37,808	292,58	ИТОГО:	452

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 7 ноября 2024 года
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

10,13	2,66	17,02	154,28	Вареники ленивые отварные	90
0,42	2,3	0,92	26,06	Соус сметанный натуральный	10
3,67	3,19	15,82	107,0	Какао с молоком	180
4,22	2,09	29,01	148,38	Батон нарезной	43
18,44	10,24	62,77	435,72	ИТОГО:	323

2-й завтрак

5,2	4,47	7,18	89,8	Кисломолочный продукт (кефир)	120
0,74	1	7,62	40,6	Печенье	15
5,94	5,47	14,8	130,35	ИТОГО:	135

Обед

0,8	2	3,96	37,16	Салат из картофеля с солёными 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
8,33	7,74	3,29	117,06	Печень говяжья по строгановски	55
5,63	3,99	25,33	159,76	Каша рассыпчатая гречневая	165
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
2,77	2,71	14,08	73,43	Хлеб ржаной	47
27,09	22,62	86,94	642,53	ИТОГО:	697

Уплотненный полдник

11,7	4,13	8,42	117,67	Котлеты рыбные запеченные	88
1,69	3,34	8,54	71,10	Капуста тушеная	120
0,12	0,04	10	40,42	Чай с сахаром	180
2,06	0,26	12,65	61,58	Хлеб пшеничный	33
0,24	0,24	0,13	26,40	Фрукт яблоко	70
15,81	8,01	39,74	317,17	ИТОГО:	491

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

Землякова О.Г.