

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 28 ноября 2024 года
от 1 до 3 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
9,85	4,83	9,63	121,33	Вареники ленивые отварные	65
0,48	2,64	1,06	29,78	Соус сметанный натуральный	16
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
3,94	1,95	26,99	138,03	Батон нарезной	45
16,65	11,44	49,64	364,98	ИТОГО:	276

2-й Завтрак					
3,80	3,28	5,24	65,50	Кисломолочный продукт (кефир)	131
0,67	0,90	6,86	36,54	Печенье	9
4,47	4,18	12,10	102,04	ИТОГО:	140

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
8,32	6,60	13,06	144,58	Жаркое по - домашнему	110
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
3,30	0,52	14,35	87,00	Хлеб ржаной	50
13,29	11,60	56,43	394,53	ИТОГО:	490

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
4,21	3,75	6,97	78,20	Молоко кипячёное	138
0,38	0,38	9,31	41,80	Фрукты свежие (яблоко)	95
23,43	22,99	75,06	616,07	ИТОГО:	443

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 29 ноября 2024 года
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
12,88	6,32	12,59	158,67	Вареники ленивые отварные	85
0,48	2,64	1,06	29,78	Соус сметанный-натуральный	16
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
4,73	2,34	32,39	165,64	Батон нарезной	54
20,94	13,72	60,39	445,08	ИТОГО:	335
2-й завтрак					
3,92	3,38	5,40	67,50	Кисломолочный продукт (кефир)	135
0,74	1,00	7,62	40,60	Печенье	10
4,66	4,38	13,02	108,10	ИТОГО:	145
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
10,58	8,40	16,62	184,01	Жаркое по - домашнему	140
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
3,56	0,52	14,35	93,96	Хлеб ржаной	54
16,24	14,38	66,32	476,71	ИТОГО:	604
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
4,27	3,81	7,07	79,33	Молоко кипячёное	140
0,40	0,40	9,80	44,00	Фрукты свежие (яблоко)	100
24,25	24,16	79,45	647,84	ИТОГО:	480

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

Землякова О.Г.