

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 20 декабря 2024 года

от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

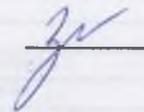
Завтрак					
6,89	8,15	40,91	264,50	Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом	230
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	150
9,71	12,29	28,19	261,80	Бутерброд с сыром	60
19,44	22,86	83,46	617,30	ИТОГО:	440

2-й завтрак					
6,02	5,1923077	8,72	95,26	Кисломолочный продукт (ряженка)	135
6,02	5,1923077	8,72	95,26	ИТОГО:	135

Обед					
0,5695	2,6265	3,315	39,1425	Салат из репчатого лука	17
1,40	4,2	8,60	77,60	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150
21,92	17,64	5,63	268,84	Гуляш из отварного мяса	110
4,08	6,40	27,25	182,67	Картофельное пюре	140
1,36	0	29,02	116,19	Кисель	180
2,64	0,48	13,36	69,6	Хлеб ржаной	40
31,97	31,34	87,18	754,04	ИТОГО:	637

Уплотненный полдник					
15,24	13,80	0,84	189	Яйцо вареное	60
7,08	12,31	13,42	215,85	Ватрушка с творогом	90
4,63	4,12	7,66	86,15	Молоко кипячёное	125
2,51	2,51	61,38	275,58	Фрукты свежие (яблоко)	238
29,45	32,74	83,30	766,58	ИТОГО:	513

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 20 декабря 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
8,30	10,51	24,11	223,91	Бутерброд с сыром	65
16,54	19,30	70,49	521,91	ИТОГО:	495

<b>2-й завтрак</b>					
5,89	5,08	8,53	95,26	Кисломолочный продукт (ряженка)	135
5,89	5,08	8,53	95,26	ИТОГО:	135

<b>Обед</b>					
0,5695	2,6265	3,315	39,1425	Салат из репчатого лука	17
1,4	4,2	8,6	77,6	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180
18,17	14,61	4,67	222,75	Гуляш из отварного мяса	110
3,73	5,84	24,88	166,78	Картофельное пюре	140
1,36	0	29,02	116,19	Кисель	200
3,04	0,55	15,39	80,18	Хлеб ржаной	47
28,26	27,84	85,88	702,64	ИТОГО:	694

<b>Уплотненный полдник</b>					
15,24	13,80	0,84	189	Яйцо вареное	60
7,47	12,99	14,17	227,85	Ватрушка с творогом	95
4,63	4,12	7,66	86,15	Молоко кипяченое	125
2,52	2,52	61,64	276,74	Фрукты свежие (яблоко)	239
29,86	33,43	84,31	779,73	ИТОГО:	519

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

Землякова О.Г.