

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 15 января 2025 года

от 1 до 3 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

1,95	2,69	14,82	90,13	Каша жидкая молочная манная	130
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
3,62	11,13	21,56	200,60	Бутерброд с маслом	59
7,94	15,83	48,35	366,57	ИТОГО:	339

2-й завтрак

0,69	0,00	13,84	57,81	Сок яблоко-груша	137
1,18	1,60	12,19	64,96	Шоколад	16
1,87	1,60	26,03	122,77	ИТОГО:	153

Обед

0,32	0,56	0,68	9,19	Салат из зелёного горошка	11
4,62	3,73	11,12	97,20	Суп картофельный с	180
3,98	2,53	0,20	42,65	мясными фрикадельками	25
13,02	5,27	2,17	108,50	Котлеты Особые	51
3,03	7,40	15,91	142,44	Рагу овощное (3-й вариант)	145
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
3,56	0,65	17,39	93,96	Хлеб пшеничный	54
28,89	20,15	70,61	588,11	ИТОГО:	616

Уплотненный полдник

2,54	2,30	0,14	31,50	Яйцо вареное	20
4,06	3,50	5,60	70,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	140
7,87	13,68	14,91	239,83	Ватрушка с творогом	100
0,16	0,16	4,02	18,04	Фрукты свежие (апельсин)	41
14,63	19,64	24,67	359,37	ИТОГО:	301

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

Землякова О.Г.

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 15 января 2025 года
от 3 х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
2,25	3,10	17,10	104,00	Каша жидкая молочная манная	150
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
4,49	13,84	26,80	249,33	Бутерброд с маслом	60
9,59	19,35	58,26	444,33	ИТОГО:	390

2-й завтрак					
0,69	0,00	13,84	57,81	Сок яблоко-груша	137
1,33	1,80	13,72	73,08	Шоколад	18
2,02	1,80	27,55	130,89	ИТОГО:	155

Обед					
0,35	0,61	0,75	10,03	Салат из зелёного горошка	12
5,13	4,14	12,35	108,00	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
3,98	2,53	0,20	42,65	Котлеты Особые	25
13,02	5,27	2,17	108,50	Рагу овощное (3-й вариант)	51
3,03	7,40	15,91	142,44	Компот из сушеных фруктов	145
0,44	0,02	27,77	113,00	Хлеб пшеничный	180
3,63	0,66	17,39	95,70	ИТОГО:	55
29,57	20,63	76,54	620,32	ИТОГО:	668

Уплотненный полдник					
2,54	2,30	0,14	31,50	Яйцо вареное	20
4,12	3,55	5,68	71,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	142
8,26	14,36	15,66	251,82	Ватрушка с творогом	105
0,16	0,16	4,02	18,04	Фрукты свежие (апельсин)	41
15,08	20,37	25,50	372,36	ИТОГО:	308

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



Землякова О.Г.