



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 21 января 2025 года

от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
13,61	10,06	15,85	208,05	Запеканка из творога	75
0,30	0,68	1,99	15,20	Соус молочный сладкий	15
3,06	2,66	13,18	89,17	Какао с молоком	150
6,50	9,46	20,02	191,13	Бутерброд с сыром	55
23,47	22,86	51,04	503,54	ИТОГО:	295

<b>2-й Завтрак</b>					
4,06	3,50	5,60	70,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	140
0,74	1,00	7,62	40,60	Печенье	10
4,8	4,5	13,22	110,6	ИТОГО:	150

<b>Обед</b>					
0,41	1,85	2,54	28,44	Винегрет овощной	30
1,26	2,06	7,28	52,35	Суп картофельный с клецками	150
3,13	2,59	15,31	97,50	Клецки мучные	30
9,86	4,36	11,39	124,24	Зразы рыбные с яйцом	80
3,34	8,93	15,34	128,00	Капуста тушеная	160
0,12	0,12	17,92	73,20	Компот из свежих плодов	150
2,376	0,432	12,024	62,64	Хлеб ржаной	36
20,49	20,34	81,80	566,36529	ИТОГО:	636

<b>Уплотненный полдник</b>					
8,08	3,61	3,93	77,67	Птица тушеная с овощами	85
2,65	3,80	24,00	141,07	Рис отварной	115
0,10	0,02	8,50	34,17	Чай с лимоном	150
2,37	0,30	14,49	70,50	Хлеб пшеничный	30
13,20	7,73	50,92	323,40	ИТОГО:	380

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 21 января 2025 года

от 3 х до 7-ми лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
13,79	10,19	16,06	210,82	Запеканка из творога	76
0,30	0,68	1,99	15,20	Соус молочный сладкий	15
3,67	3,19	15,82	107,00	Какао с молоком	180
7,10	10,32	21,84	208,50	Бутерброд с сыром	60
24,8514	24,3816	55,7088	541,524	ИТОГО:	331

2-й Завтрак					
4,06	3,50	5,60	70,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	140
0,74	1,00	7,62	40,60	Печенье	10
4,8	4,5	13,22	110,6	ИТОГО:	150

Обед					
0,408	1,854	2,538	28,44	Винегрет овощной	30
1,51	2,47	8,74	62,82	Суп картофельный с клецками	180
6,26	5,178	30,62	195	Клецки мучные	60
11,10	4,90	12,81	139,76	Зразы рыбные с яйцом	90
3,34	8,93	15,34	128	Капуста тушеная	160
0,14	0,14	21,5	87,84	Компот из свежих плодов	180
2,574	0,468	13,026	67,86	Хлеб ржаной	39
25,33	23,94	104,58	709,72471	ИТОГО:	739

Уплотненный полдник					
9,50	4,25	4,63	91,38	Птица тушеная с овощами	100
3,00	4,30	27,13	159,47	Рис отварной	130
0,12	0,02	10,20	41,00	Чай с лимоном	180
2,61	0,33	15,94	77,55	Хлеб пшеничный	33
15,225667	8,898667	57,89	369,39	ИТОГО:	443

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

Землякова О.Г.