

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 23 января 2025 года

от 1-г. до 3-х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
11,6	5,82	18,23	171,3	Вареники ленивые отварные	85
0,3	1,65	0,66	18,61	Соус сметанный натуральный	10
3,15	2,72	12,96	89,0	Какао с молоком	150
3,07	1,52	20,99	106,98	Батон нарезной	35
18,12	11,71	52,84	385,9	ИТОГО:	280

2-й завтрак					
4,35	3,75	6,00	75,0	Кисломолочный продукт (кефир)	150
0,81	1,1	8,38	44,66	Печенье	11
5,16	4,85	14,38	119,66	ИТОГО:	161

Обед					
0,8	2,04	3,96	37,16	Салат из картофеля с солёными огурцами	40
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
15,1	10,7	67,95	428,62	Печень говяжья по строгановски	40
7,98	5,65	35,88	226,34	Каша рассыпчатая гречневая	150
0,25	0,015	20,83	84,75	Компот из сушеных фруктов	150
2,18	0,4	11,02	57,42	Хлеб ржаной	33
34,9	24,555	150,92	965,41	ИТОГО:	613

Уплотненный полдник					
12,783	4,51	9,58	129,6	Котлеты рыбные запеченные	96
2,34	4,63	11,86	98,75	Капуста тушеная	125
0,08	0,02	7,00	28,28	Чай с сахаром	150
2,44	0,31	14,97	72,85	Хлеб пшеничный	31
0,71	0,18	19,99	82,77	Фрукт апельсин	178
18,353	9,65	63,398	412,25	ИТОГО:	580

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

*З*

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 23 января 2025 года

от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
14,79	7,42	24,83	225	Вареники ленивые отварные	105
0,3	1,65	0,66	18,61	Соус сметанный натуральный	10
3,67	3,19	15,82	107,0	Какао с молоком	180
3,95	1,95	26,98	138,03	Батон нарезной	45
22,71	14,21	68,29	488,64	ИТОГО:	340

<b>2-й завтрак</b>					
4,35	3,82	6,12	76,5	Кисломолочный продукт (кефир)	153
0,81	1,1	8,38	44,66	Печенье	11
5,16	4,92	14,5	121,16	ИТОГО:	164

<b>Обед</b>					
0,8	2,04	3,96	37,16	Салат из картофеля с солёными огурцами	40
5,31	4,14	12,35	108	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
3,81	2,02	0,16	34,12	Фрикадельки мясные	20
8,41	7,83	3,33	118,25	Печень говяжья по строгановски	50
10,11	7,15	45,45	286,7	Каша рассыпчатая гречневая	190
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
2,64	0,48	13,36	69,60	Хлеб ржаной	40
31,52	23,68	106,38	766,83	ИТОГО:	720

<b>Уплотненный полдник</b>					
13,09	4,6	9,78	132,3	Котлеты рыбные запеченные	98
2,43	4,82	12,34	102,70	Капуста тушеная	130
0,12	0,04	10	40,42	Чай с сахаром	180
2,67	0,34	16,42	79,9	Хлеб пшеничный	34
0,72	0,18	20,22	83,70	Фрукт апельсин	180
19,03	9,98	68,76	439,02	ИТОГО:	622

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

Землякова О.Г.