

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 24 января 2025 года

от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

**Завтрак**

7,04	8,33	41,80	270,25	Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом	235
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	150
11,00	13,93	31,94	296,71	Бутерброд с сыром	68
20,89	24,67	88,11	657,96	ИТОГО:	453

**2-й Завтрак**

6,20	5,3461538	8,98	95,26	Кисломолочный продукт (ряженка)	139
6,20	5,3461538	8,98	95,26	ИТОГО:	139

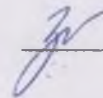
**Обед**

1,005	4,635	5,85	69,075	Салат из репчатого лука	30
1,40	4,2	8,60	77,60	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150
16,34	13,15	4,20	200,41	Гуляш из отварного мяса	82
3,64	5,71	24,33	163,10	Картофельное пюре	125
1,36	0	29,02	116,19	Кисель	180
3,83	0,70	19,37	100,92	Хлеб ржаной	58
27,58	28,39	91,37	727,29	ИТОГО:	625

**Уплотненный полдник**

10,16	9,20	0,56	126	Яйцо вареное	40
10,23	17,78	19,39	311,79	Ватрушка с творогом	130
5,55	4,95	9,19	103,38	Молоко кипячёное	150
3,32	3,32	81,24	364,74	Фрукты свежие (апельсин)	315
29,26	35,24	110,38	905,90	ИТОГО:	635

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 24 января 2025 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
9,20	11,65	26,70	248,02	Бутерброд с сыром	72
17,44	20,44	73,08	546,02	ИТОГО:	502

<b>2-й завтрак</b>					
6,32	5,45	9,16	95,26	Кисломолочный продукт (ряженка)	145
6,32	5,45	9,16	95,26	ИТОГО:	145

<b>Обед</b>					
1,005	4,635	5,85	69,075	Салат из репчатого лука	30
1,4	4,2	8,6	77,6	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180
13,71	11,03	3,52	168,08	Гуляш из отварного мяса	83
3,46	5,43	23,11	154,87	Картофельное пюре	130
1,36	0	29,02	116,19	Кисель	200
3,88	0,71	19,65	102,35	Хлеб ржаной	60
24,81	25,99	89,74	688,16	ИТОГО:	683

<b>Уплотненный полдник</b>					
10,16	9,20	0,56	126	Яйцо вареное	40
10,23	17,78	19,39	311,79	Ватрушка с творогом	130
5,55	4,95	9,19	103,38	Молоко кипяченое	150
3,33	3,33	81,49	365,89	Фрукты свежие (апельсин)	316
29,27	35,25	110,64	907,06	ИТОГО:	636

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

Землякова О.Г.