



УТВЕРЖДАЮ
Директор государственного бюджетного
образовательного учреждения Самарской области
основная общеобразовательная школа № 2 городского округа
Октябрьск Самарской области
Михайловская Н.Н.

Меню СП "Детский сад" ГБОУ ООШ 2 г.о. Октябрьск
на 30 января 2025 года

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
5,39	6,38	32,02	0,87	Каша вязкая геркулес	200
3,67	3,19	15,82	107	Кафейный напиток с молоком	180
3,48	4,43	19,32	54	Бутерброд с сыром	40
12,54	14	67,16	161,87	ИТОГО:	420

2-й завтрак					
0,5	0	10,1	42,67	Сок фруктовый	77
0,4	0,3	10,3	46	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)	88
0,9	0,3	20,4	88,67	ИТОГО:	165

Обед					
0,86	3,65	5,02	56,34	Салат из свеклы	60
1,39	3,91	6,79	67,8	Рассольник ленинградский	200
3,46	4,96	31,3	184	Рис отварной	150
20,63	16,3	5,24	250	Гуляш из отварного мяса	60
0,44	0,02	24,99	101,7	Чай с лимоном	180
3,3	0,6	16,7	87	Хлеб ржаной	40
30,08	29,44	90,04	746,84	ИТОГО:	690

Уплотненный полдник					
13,5	12,5	5,3	189,2	Печень говяжья по строгоновски	80
3,06	4,8	20,44	137	Картофельное пюре	180
3,16	0,4	19,32	94	Хлеб пшеничный	23
5,22	4,5	12,2	109,35	Ряженка	90
2,59	3,5	26,67	142,1		
27,53	25,7	83,93	671,65	ИТОГО:	373

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

Емелина М.В.