

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 14 февраля 2025 года  
от 1 до 3 лет

| Пищевая ценность |      |          |      | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал |                    |       |

| <b>Завтрак</b> |       |       |        |                            |     |
|----------------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 12,88          | 6,32  | 12,59 | 158,67 | Вареники ленивые отварные  | 85  |
| 0,21           | 1,16  | 0,46  | 13,03  | Соус сметанный натуральный | 7   |
| 2,38           | 2,01  | 11,97 | 75,83  | Кофейный напиток с молоком | 150 |
| 3,94           | 1,95  | 26,99 | 138,03 | Батон нарезной             | 45  |
| 19,41          | 11,44 | 52,01 | 385,56 | ИТОГО:                     | 287 |

| <b>2-й Завтрак</b> |      |       |        |                               |     |
|--------------------|------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 3,94               | 3,40 | 5,44  | 68,00  | Кисломолочный продукт (кефир) | 136 |
| 1,48               | 2,00 | 15,24 | 81,20  | Печенье                       | 20  |
| 5,42               | 5,40 | 20,68 | 149,20 | ИТОГО:                        | 156 |

| <b>Обед</b> |       |       |        |                                   |     |
|-------------|-------|-------|--------|-----------------------------------|-----|
| 0,26        | 1,53  | 0,79  | 17,94  | Салат из солёных огурцов с луком  | 30  |
| 1,04        | 2,93  | 5,09  | 50,85  | Щи из свежей капусты с картофелем | 150 |
| 11,34       | 9,00  | 17,81 | 197,15 | Жаркое по - домашнему             | 150 |
| 0,37        | 0,02  | 23,14 | 94,17  | Компот из сушеных фруктов         | 150 |
| 2,18        | 0,52  | 14,35 | 57,42  | Хлеб ржаной                       | 33  |
| 15,19       | 14,00 | 61,18 | 417,53 | ИТОГО:                            | 513 |

| <b>Уплотненный полдник</b> |       |       |        |  |     |
|----------------------------|-------|-------|--------|--|-----|
| 3,70                       | 5,50  | 19,00 | 142,20 | Каша "Дружба"  | 150 |
| 15,88                      | 14,45 | 43,58 | 382,31 | Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом | 90  |
| 2,60                       | 2,31  | 4,30  | 48,17  | Молоко кипячёное                                     | 85  |
| 1,00                       | 1,00  | 24,50 | 110,00 | Фрукты свежие (яблоко)                               | 250 |
| 23,17                      | 23,27 | 91,37 | 682,68 | ИТОГО:   | 575 |

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 14 февраля 2025 года

от 3х до 7 лет

| Пищевая ценность |      |          |      | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал |                    |       |

**Завтрак**

|       |       |       |        |                            |     |
|-------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 15,15 | 7,44  | 14,81 | 186,67 | Вареники ленивые отварные  | 100 |
| 0,24  | 1,32  | 0,53  | 14,89  | Соус сметанный натуральный | 8   |
| 2,85  | 2,41  | 14,36 | 91,00  | Кофейный напиток с молоком | 180 |
| 6,57  | 3,26  | 44,99 | 230,06 | Батон нарезной             | 75  |
| 24,81 | 14,42 | 74,68 | 522,61 | ИТОГО:                     | 363 |

**2-й завтрак**

|      |      |       |        |                               |     |
|------|------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 4,06 | 3,50 | 5,60  | 70,00  | Кисломолочный продукт (кефир) | 140 |
| 1,48 | 2,00 | 15,24 | 81,20  | Печенье                       | 20  |
| 5,54 | 5,50 | 20,84 | 151,20 | ИТОГО:                        | 160 |

**Обед**

|       |       |       |        |                                   |     |
|-------|-------|-------|--------|-----------------------------------|-----|
| 0,26  | 1,53  | 0,79  | 17,94  | Салат из солёных огурцов с луком  | 30  |
| 1,39  | 3,91  | 6,79  | 67,80  | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 |
| 11,34 | 9,00  | 17,81 | 197,15 | Жаркое по - домашнему             | 150 |
| 0,44  | 0,02  | 27,77 | 113,00 | Компот из сушеных фруктов         | 180 |
| 4,42  | 0,52  | 14,35 | 116,58 | Хлеб ржаной                       | 67  |
| 17,85 | 14,98 | 67,51 | 512,47 | ИТОГО:                            | 627 |

**Уплотненный полдник**

|       |       |       |        |  |     |
|-------|-------|-------|--------|--|-----|
| 3,70  | 5,50  | 19,00 | 142,20 | Каша "Дружба"  | 150 |
| 15,88 | 14,45 | 43,58 | 382,31 | Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом | 90  |
| 2,90  | 2,58  | 4,80  | 53,83  | Молоко кипячёное                                     | 95  |
| 1,00  | 1,00  | 24,50 | 110,00 | Фрукты свежие (яблоко)                               | 250 |
| 23,48 | 23,54 | 91,88 | 688,34 | ИТОГО:   | 585 |

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

*Зн*

Землякова О.Г.