



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 5 марта 2025 года  
от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
17,13	8,41	16,75	211,16	Вареники ленивые отварные	70
0,15	0,825	0,325	9,30	Соус сметанный натуральный	5
3,15	2,72	12,96	89,0	Какао с молоком	150
3,51	1,74	23,99	122,27	Батон нарезной	40
23,943	13,695	54,021	431,733	ИТОГО:	265

<b>2-й завтрак</b>					
4,2	3,62	5,80	72,5	Кисломолочный продукт (кефир)	145
1,48	2	15,24	81,2	Печенье	20
5,68	5,62	21,04	153,7	ИТОГО:	165

<b>Обед</b>					
0,7	1,78	3,46	32,51	Салат из картофеля с солёными огурцами	35
4,78	3,73	11,12	97,00	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180
4,00	2,12	0,17	35,83	Фрикадельки мясные	21
5,38	5,01	2,13	75,68	Печень говяжья по строгановски	32
7,98	5,65	35,88	193,65	Каша рассыпчатая гречневая	150
0,25	0,015	20,83	84,75	Компот из сушеных фруктов	150
1,98	0,36	10,01	52,20	Хлеб ржаной	30
25,073	18,669	83,601	571,612	ИТОГО:	598

<b>Уплотненный полдник</b>					
12,03	4,22	8,98	121,50	Котлеты рыбные запеченные	90
3,34	5,93	15,34	128,00	Капуста тушеная	150
0,08	0,02	7,00	28,28	Чай с сахаром	150
1,8	0,2	7,2	35,3	Хлеб пшеничный	15
0,6	0,6	14,7	66,00	Фрукт яблоко	150
17,805	10,923	53,257	379,03	ИТОГО:	555

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 5 марта 2025 года  
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
15,49	7,77	26,01	235,71	Вареники ленивые отварные	110
0,3	1,65	0,66	18,61	Соус сметанный натуральный	10
3,67	3,19	15,82	107,0	Какао с молоком	180
4,39	2,17	29,99	153,37	Батон нарезной	50
23,854	14,783	72,482	514,694	ИТОГО:	350

<b>2-й завтрак</b>					
4,2	3,62	5,80	72,5	Кисломолочный продукт (кефир)	145
1,48	2	15,24	81,2	Печенье	20
5,68	5,62	21,04	153,7	ИТОГО:	165

<b>Обед</b>					
1,2	3	5,94	55,74	Салат из картофеля с солёными огурцами	60
5,31	4,14	12,35	108	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
4,00	2,12	0,17	35,83	Фрикадельки мясные	21
9,26	8,62	3,67	130,08	Печень говяжья по строгановски	55
7,98	5,65	35,88	193,65	Каша рассыпчатая гречневая	150
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
2,90	0,53	14,97	75,56	Хлеб ржаной	44
31,092	24,075	100,74	711,851	ИТОГО:	710

<b>Уплотненный полдник</b>					
13,363	4,693	9,977	135	Котлеты рыбные запеченные	100
3,34	5,93	15,34	128,00	Капуста тушеная	150
0,12	0,04	10	40,42	Чай с сахаром	180
3,15	0,4	19,32	94	Хлеб пшеничный	40
0,6	0,6	14,7	66,00	Фрукт яблоко	150
20,571	11,663	69,335	463,42	ИТОГО:	620

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

Землякова О.Г.