



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 12 марта 2025 года
от 1 до 3 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

1,95	2,69	14,82	90,13	Каша жидкая молочная манная	130
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
2,76	8,49	16,45	153,00	Бутерброд с маслом	45
7,08	13,19	43,23	318,97	ИТОГО:	325

2-й Завтрак

0,75	0,00	15,15	63,30	Сок яблоко-груша	150
1,48	2,00	15,24	81,20	Печенье	20
2,23	2,00	30,39	144,50	ИТОГО:	170

Обед

0,40	0,72	0,87	11,70	Салат из зелёного горошка	14
4,62	3,73	11,12	97,20	Суп картофельный с	180
3,50	2,22	0,18	37,53	мясными фрикадельками	22
13,02	5,27	2,17	108,50	Котлеты Особые	51
2,82	6,89	14,81	132,62	Рагу овощное (3-й вариант)	135
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
3,30	0,60	17,39	87,00	Хлеб пшеничный	50
28,03	19,44	69,68	568,71	ИТОГО:	602

Уплотненный полдник

5,08	4,60	0,28	63,00	Яйцо вареное	40
4,21	3,63	5,80	72,50	Кисломолочный продукт (кефир)	145
7,87	13,68	14,91	239,83	Ватрушка с творогом	100
0,40	0,40	9,80	44,00	Фрукты свежие (апельсин)	100
17,55	22,30	30,79	419,33	ИТОГО:	385

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 12 марта 2025 года

от 3 х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
2,25	3,10	17,10	104,00	Каша жидкая молочная манная	150
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
3,74	11,53	22,33	207,78	Бутерброд с маслом	50
8,84	17,04	53,79	402,78	ИТОГО:	380

2-й Завтрак					
0,80	0,00	16,16	67,52	Сок яблоко-груша	160
1,48	2,00	15,24	81,20	Шоколад	20
2,28	2,00	31,40	148,72	ИТОГО:	180

Обед					
0,46	0,82	1,00	13,37	Салат из зелёного горошка	16
5,13	4,14	12,35	108,00	Суп картофельный с	200
3,98	2,53	0,20	42,65	мясными фрикадельками	25
13,02	5,27	2,17	108,50	Котлеты Особые	51
3,03	7,40	15,91	142,44	Рагу овощное (3-й вариант)	145
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
3,76	0,68	17,39	99,18	Хлеб пшеничный	57
29,82	20,86	76,79	627,14	ИТОГО:	674

Уплотненный полдник					
5,08	4,60	0,28	63,00	Яйцо вареное	40
4,50	3,88	6,20	77,50	Кисломолочный продукт (Кефир)	155
8,65	15,04	16,41	263,81	Ватрушка с творогом	110
0,40	0,40	9,80	44,00	Фрукты свежие (апельсин)	100
18,63	23,92	32,69	448,31	ИТОГО:	405

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

Землякова О.Г.