

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 марта 2025 года
от 1 до 3 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

12,88	6,32	12,59	158,67	Вареники ленивые отварные	85
0,18	0,99	0,40	11,17	Соус сметанный натуральный	6
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
3,07	1,52	20,99	107,36	Батон нарезной	35
18,50	10,84	45,94	353,03	ИТОГО:	276

2-й Завтрак

4,64	4,00	6,40	80,00	Кисломолочный продукт (кефир)	160
1,33	1,80	13,72	73,08	Печенье	18
5,97	5,80	20,12	153,08	ИТОГО:	178

Обед

0,35	2,04	1,05	23,92	Салат из солёных огурцов с луком	40
1,04	2,93	5,09	50,85	Щи из свежей капусты с картофелем	150
9,07	7,20	14,25	157,72	Жаркое по - домашнему	120
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
2,64	0,52	14,35	69,60	Хлеб ржаной	40
13,47	12,71	57,89	396,26	ИТОГО:	500

Уплотненный полдник

2,96	4,40	15,20	113,76	Каша "Дружба"	120
15,88	14,45	43,58	382,31	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	90
4,58	4,08	7,58	85,00	Молоко кипячёное	150
0,40	0,40	9,80	44,00	Плоды свежие (яблоко)	100
23,82	23,33	76,16	625,07	ИТОГО:	460

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 марта 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
5,69	2,82	38,99	199,38	Батон нарезной	65
23,94	13,99	68,68	491,94	ИТОГО:	353

2-й Завтрак

4,70	4,05	6,48	81,00	Кисломолочный продукт (кефир)	162
1,48	2,00	15,24	81,20	Печенье	20
6,18	6,05	21,72	162,20	ИТОГО:	182

Обед

0,35	2,04	1,05	23,92	Салат из солёных огурцов с луком	40
1,39	3,91	6,79	67,80	Щи из свежей капусты с картофелем	200
12,10	9,60	19,00	210,29	Жаркое по - домашнему	160
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
2,84	0,52	14,35	74,82	Хлеб ржаной	43
17,11	16,09	68,96	489,83	ИТОГО:	623

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
4,79	4,27	7,93	88,97	Молоко кипячёное	157
0,40	0,40	9,80	44,00	Фрукты свежие (яблоко)	100
24,77	24,62	80,31	657,48	ИТОГО:	497

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

Землякова О.Г.