



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

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

| Завтрак | | | | | |
|----------------|-------|-------|--------|---|-----|
| 4,05 | 5,69 | 25,25 | 168,00 | Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом | 160 |
| 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91,00 | Кофейный напиток с молоком | 150 |
| 3,72 | 4,71 | 10,80 | 100,36 | Бутерброд с сыром | 23 |
| 10,62 | 12,81 | 50,41 | 359,36 | ИТОГО: | 333 |

| 2-й Завтрак | | | | | |
|--------------------|------|------|-------|---------------------------------|-----|
| 3,92 | 3,38 | 5,67 | 95,26 | Кисломолочный продукт (ряженка) | 135 |
| 3,92 | 3,38 | 5,67 | 95,26 | ИТОГО: | 135 |

| Обед | | | | | |
|-------------|-------|-------|--------|--|-----|
| 0,37 | 1,74 | 2,18 | 25,79 | Салат из репчатого лука | 28 |
| 1,40 | 4,2 | 8,60 | 77,60 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 150 |
| 7,45 | 5,99 | 1,91 | 91,35 | Гуляш из отварного мяса | 58 |
| 2,65 | 4,16 | 17,71 | 119,16 | Макаронные изделия отварные | 105 |
| 1,36 | 0 | 29,02 | 116,19 | Кисель | 180 |
| 2,31 | 0,42 | 11,69 | 60,9 | Хлеб ржаной | 35 |
| 15,55 | 16,51 | 71,12 | 490,99 | ИТОГО: | 556 |

| Уплотненный полдник | | | | | |
|----------------------------|-------|-------|--------|------------------------|-----|
| 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63 | Яйцо вареное | 40 |
| 10,62 | 18,46 | 20,13 | 323,78 | Ватрушка с творогом | 135 |
| 2,14 | 1,90 | 3,54 | 39,67 | Молоко кипячёное | 70 |
| 0,88 | 0,88 | 21,56 | 96,80 | Фрукты свежие (яблоко) | 220 |
| 18,72 | 25,85 | 45,51 | 523,25 | | 465 |

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 21 марта 2025 года
от 3х до 7 лет

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

| Завтрак | | | | | |
|----------------|-------|-------|--------|---|-----|
| 5,39 | 6,38 | 32,02 | 207,00 | Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом | 250 |
| 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91,00 | Кофейный напиток с молоком | 180 |
| 3,04 | 3,84 | 8,81 | 81,82 | Бутерброд с сыром | 25 |
| 11,28 | 12,63 | 55,19 | 379,82 | ИТОГО: | 455 |

| 2-й завтрак | | | | | |
|--------------------|------|------|-------|---------------------------------|-----|
| 3,94 | 3,40 | 5,71 | 69,51 | Кисломолочный продукт (ряженка) | 136 |
| 3,94 | 3,40 | 5,71 | 69,51 | ИТОГО: | 136 |

| Обед | | | | | |
|-------------|-------|-------|--------|--|-----|
| 0,67 | 3,10 | 3,90 | 46,05 | Салат из репчатого лука | 50 |
| 1,4 | 4,2 | 8,6 | 77,6 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 180 |
| 8,10 | 6,51 | 2,08 | 99,23 | Гуляш из отварного мяса | 63 |
| 3,85 | 2,95 | 18,46 | 115,84 | Макаронные изделия отварные | 105 |
| 1,36 | 0 | 29,02 | 116,19 | Кисель | 200 |
| 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | Хлеб ржаной | 36 |
| 17,75 | 17,20 | 74,08 | 517,54 | ИТОГО: | 634 |

| Уплотненный полдник | | | | | |
|----------------------------|-------|-------|--------|------------------------|-----|
| 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63 | Яйцо вареное | 40 |
| 10,62 | 18,46 | 20,13 | 323,78 | Ватрушка с творогом | 135 |
| 2,14 | 1,90 | 3,54 | 39,67 | Молоко кипячёное | 70 |
| 0,88 | 0,88 | 21,66 | 97,24 | Фрукты свежие (яблоко) | 221 |
| 18,72 | 25,85 | 45,61 | 523,69 | ИТОГО: | 466 |

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

Землякова О.Г.