

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 16 мая 2025 года

от 1 г. до 3 х лет

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход |
|----------------------------|-------|----------|--------|---|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | | |
| Завтрак | | | | | |
| 5,06 | 7,11 | 31,56 | 210,00 | Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом | 200 |
| 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91,00 | Кофейный напиток с молоком | 150 |
| 4,37 | 5,53 | 12,68 | 117,81 | Бутерброд с сыром | 27 |
| 12,28 | 15,05 | 58,61 | 418,81 | ИТОГО: | 377 |
| 2-й Завтрак | | | | | |
| 4,21 | 3,63 | 6,09 | 95,26 | Кисломолочный продукт (ряженка) | 145 |
| 4,21 | 3,63 | 6,09 | 95,26 | ИТОГО: | 145 |
| Обед | | | | | |
| 0,40 | 1,86 | 2,34 | 27,63 | Салат из репчатого лука | 30 |
| 1,40 | 4,2 | 8,60 | 77,60 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 150 |
| 7,07 | 5,68 | 1,82 | 86,63 | Гуляш из отварного мяса | 55 |
| 2,65 | 4,16 | 17,71 | 119,16 | Макаронные изделия отварные | 130 |
| 1,36 | 0 | 29,02 | 116,19 | Кисель | 180 |
| 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | Хлеб ржаной | 46 |
| 15,91 | 16,46 | 74,85 | 507,25 | ИТОГО: | 591 |
| Уплотненный полдник | | | | | |
| 2,54 | 2,30 | 0,14 | 31,5 | Яйцо вареное | 20 |
| 8,26 | 14,36 | 15,66 | 251,83 | Ватрушка с творогом | 105 |
| 5,80 | 5,17 | 9,60 | 107,67 | Молоко кипяченое | 190 |
| 0,77 | 0,77 | 18,91 | 84,92 | Фрукты свежие (яблоко) | 193 |
| 17,37 | 22,60 | 44,32 | 475,92 | ИТОГО: | 508 |

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 16 мая 2025 года

от 3х до 7 лет

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход |
|----------------------------|-------|----------|--------|---|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | | |
| Завтрак | | | | | |
| 5,07 | 6,00 | 30,10 | 194,58 | Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом | 235 |
| 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91,00 | Кофейный напиток с молоком | 180 |
| 4,13 | 5,22 | 11,98 | 111,27 | Бутерброд с сыром | 34 |
| 12,04 | 13,63 | 56,44 | 396,85 | ИТОГО: | 449 |
| 2-й завтрак | | | | | |
| 4,21 | 3,63 | 6,09 | 74,11 | Кисломолочный продукт (ряженка) | 145 |
| 4,21 | 3,63 | 6,09 | 74,11 | ИТОГО: | 145 |
| Обед | | | | | |
| 0,53 | 2,48 | 3,12 | 36,84 | Салат из репчатого лука | 40 |
| 1,4 | 4,2 | 8,6 | 77,6 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 180 |
| 7,07 | 5,68 | 1,82 | 86,63 | Гуляш из отварного мяса | 55 |
| 5,50 | 4,22 | 26,37 | 165,48 | Макаронные изделия отварные | 150 |
| 1,36 | 0 | 29,02 | 116,19 | Кисель | 200 |
| 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | Хлеб ржаной | 46 |
| 18,89 | 17,13 | 84,29 | 562,78 | ИТОГО: | 671 |
| Уплотненный полдник | | | | | |
| 2,54 | 2,30 | 0,14 | 31,5 | Яйцо вареное | 20 |
| 8,26 | 14,36 | 15,66 | 251,83 | Ватрушка с творогом | 105 |
| 5,80 | 5,17 | 9,60 | 107,67 | Молоко кипяченое | 190 |
| 0,77 | 0,77 | 18,91 | 84,92 | Фрукты свежие (яблоко) | 193 |
| 17,37 | 22,60 | 44,32 | 475,92 | ИТОГО: | 508 |

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

Землякова О.Г.