



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 сентября 2025 года  
от 3х до 7 лет

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

| Завтрак |       |       |        |                            |     |
|---------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 13,64   | 6,69  | 13,33 | 168,00 | Вареники ленивые отварные  | 90  |
| 0,42    | 2,31  | 0,92  | 26,05  | Соус сметанный натуральный | 14  |
| 2,85    | 2,41  | 14,36 | 91,00  | Кофейный напиток с молоком | 180 |
| 4,47    | 2,21  | 30,59 | 156,44 | Батон нарезной             | 51  |
| 21,37   | 13,63 | 59,20 | 441,49 | ИТОГО:                     | 335 |

| 2-й Завтрак |      |       |        |                               |     |
|-------------|------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 4,32        | 3,73 | 5,96  | 74,50  | Кисломолочный продукт (кефир) | 149 |
| 1,55        | 2,10 | 16,00 | 85,26  | Печенье                       | 21  |
| 5,88        | 5,83 | 21,96 | 159,76 | ИТОГО:                        | 170 |

| Обед  |       |       |        |                                   |     |
|-------|-------|-------|--------|-----------------------------------|-----|
| 0,26  | 1,53  | 0,79  | 17,94  | Салат из солёных огурцов с луком  | 30  |
| 1,39  | 3,91  | 6,79  | 67,80  | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 |
| 13,61 | 10,80 | 21,37 | 236,58 | Жаркое по - домашнему             | 180 |
| 0,44  | 0,02  | 27,77 | 113,00 | Компот из сушеных фруктов         | 180 |
| 3,30  | 0,52  | 14,35 | 87,00  | Хлеб ржаной                       | 50  |
| 19,00 | 16,78 | 71,07 | 522,32 | ИТОГО:                            | 640 |

| 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  |
| 4,43                | 3,94  | 7,33  | 82,17  | Молоко кипячёное                                     | 145 |
| 0,42                | 0,42  | 10,19 | 45,76  | Фрукты свежие (яблоко)                               | 104 |
| 24,42               | 24,31 | 80,10 | 652,44 | ИТОГО:                                               | 489 |

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

Землякова О.Г.