

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 1 октября 2025 года
от 1-го до 3-х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

2,25	3,10	17,10	104,00	Каша жидкая молочная манная	150
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
2,76	8,49	16,45	153,00	Бутерброд с маслом	45
7,38	13,60	45,51	332,83	ИТОГО:	345

2-й Завтрак

1,00	0,00	20,20	84,40	Сок яблоко-груша	200
1,04	1,40	10,67	56,84	Печенье	14
2,04	1,40	30,87	141,24	ИТОГО:	214

Обед

0,35	0,61	0,75	10,03	Салат из зелёного горошка	12
4,62	3,73	11,12	97,20	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180
2,86	1,82	0,14	30,71	Котлеты Сочные	18
13,02	5,27	2,17	108,50	Рагу овощное (3-й вариант)	51
3,13	7,66	16,46	147,35	Компот из сушеных фруктов	150
0,37	0,02	23,14	94,17	Хлеб пшеничный	150
3,30	0,60	17,39	87,00		50
27,65	19,70	71,17	574,95	ИТОГО:	611

Уплотненный полдник

5,08	4,60	0,28	63,00	Яйцо вареное	40
4,06	3,50	5,60	70,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	140
10,23	17,78	19,39	311,78	Ватрушка с творогом	130
0,40	0,40	9,80	44,00	Фрукты свежие (яблоко)	100
19,77	26,28	35,07	488,78	ИТОГО:	410

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 1 октября 2025 года

от 3 х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
2,55	3,51	19,38	117,87	Каша жидкая молочная манная	170
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
9,14	17,46	56,07	416,64	ИТОГО:	400

2-й Завтрак					
1,00	0,00	20,20	84,40	Сок яблоко-груша	200
1,04	1,40	10,67	56,84	Шоколад	14
2,04	1,40	30,87	141,24	ИТОГО:	214

Обед					
0,35	0,61	0,75	10,03	Салат из зелёного горошка	12
5,13	4,14	12,35	108,00	Суп картофельный с	200
3,50	2,22	0,18	37,53	мясными фрикадельками	22
13,02	5,27	2,17	108,50	Котлеты Сочные	51
3,76	9,19	19,75	176,82	Рагу овощное (3-й вариант)	180
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
3,30	0,60	17,39	87,00	Хлеб пшеничный	50
29,49	22,06	80,35	640,88	ИТОГО:	695

Уплотненный полдник					
5,08	4,60	0,28	63,00	Яйцо вареное	40
4,44	3,83	6,12	76,50	Кисломолочный продукт (Кефир)	153
10,23	17,78	19,39	311,78	Ватрушка с творогом	130
0,40	0,40	9,80	44,00	Плоды свежие (яблоко)	100
20,14	26,60	35,59	495,28	ИТОГО:	423

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

Землякова О.Г.