

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 3 октября 2025 года
от 1 года до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

9,85	4,83	9,63	121,33	Вареники ленивые отварные	65
0,24	1,32	0,53	14,89	Соус сметанный натуральный	8
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
2,89	1,43	19,79	101,22	Батон нарезной	33
15,35	9,60	41,91	313,28	ИТОГО:	256

2-й Завтрак

4,21	3,63	5,80	72,50	Кисломолочный продукт (кефир)	145
1,04	1,40	10,67	56,84	Печенье	14
5,24	5,03	16,47	129,34	ИТОГО:	159

Обед

0,26	1,53	0,79	17,94	Салат из солёных огурцов с луком	30
1,04	2,93	5,09	50,85	Щи из свежей капусты с картофелем	150
2,45	3,84	16,35	109,60	Жаркое по домашнему	120
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
1,85	0,52	14,35	48,72	Хлеб ржаной	28
5,97	8,84	59,73	321,28	ИТОГО:	478

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
5,34	4,76	8,84	99,17	Молоко кипячёное	175
0,53	0,53	13,03	58,52	Фрукты свежие (яблоко)	133
25,45	25,25	84,46	682,20	ИТОГО:	548

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 3 октября 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
0,27	1,49	0,59	16,75	Соус сметанный натуральный	9
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
4,82	2,39	32,99	168,71	Батон нарезной	55
21,58	12,98	61,27	444,46	ИТОГО:	334
2-й Завтрак					
4,29	3,70	5,92	74,00	Кисломолочный продукт (кефир)	148
1,48	2,00	15,24	81,20	Печенье	20
5,77	5,70	21,16	155,20	ИТОГО:	168
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
3,06	4,80	20,44	137,00	Жаркое по домашнему	150
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
1,85	0,52	14,35	48,72	Хлеб ржаной	28
7,08	11,29	70,40	390,44	ИТОГО:	598
Уплотненный полдник					
4,93	7,33	25,33	189,60	Каша "Дружба"	200
15,88	14,45	43,58	382,31	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	90
5,80	5,17	9,60	107,67	Молоко кипячёное	190
0,54	0,54	13,23	59,40	Фрукты свежие (яблоко)	135
27,15	27,50	91,74	738,98	ИТОГО:	615

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

Землякова О.Г.