

УТВЕРЖДАЮ
Директор государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения Самарской области
основная общеобразовательная школа № 2 городского округа
Октябрьск Самарской области
Михайловская Н.Н.

Меню СП "Детский Сад" ГБОУ ООШ 2 г.о.Октябрьск

на 09 октября 2025 года

Дети от 3-х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
5,39	6,38	32,02	207	Каша вязкая геркулес	210
2,85	2,41	14,36	91	Кафейный напиток с молоком	180
2,45	7,55	14,62	136	Бутерброд с маслом	32/5
10,69	16,34	61	434	ИТОГО:	390

2-й Завтрак					
0,9	0	18,18	76	Сок фруктовый	120
0,4	0,3	10,3	46	Плоды и ягоды свежие (Яблоко)	180
1,3	0,3	28,48	122	ИТОГО:	300

Обед					
0,85	3,65	5,02	56,34	Салат из свеклы	60
1,39	3,91	6,79	67,8	Рассольник ленинградский на к/б	200
3,65	5,37	36,68	209,7	Рис отварной	150
20,63	16,3	5,24	250	Гуляш из отварного мяса	90
0,12	0,02	10,2	41	Чай с лимоном	180
3,3	0,6	16,7	87	Хлеб ржаной	39
29,94	29,85	80,63	711,84	ИТОГО:	719

Уплотненный полдник					
13,5	12,5	5,3	189,2	Печень говяжья по строгоновски	70
3,06	4,8	20,44	137	Картофельное пюре	150
3,16	0,4	19,32	94	Хлеб пшеничный	24
5,22	4,5	7,2	92	Ряженка	75
24,94	22,2	52,26	512,2	ИТОГО:	319

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

Емелина

Емелина М.В.