

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 10 октября 2025 года
от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
4,56	6,40	28,41	189,00	Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом	180
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	150
4,85	6,15	14,09	130,90	Бутерброд с сыром	30
12,26	14,96	56,86	410,90	ИТОГО:	360

2-й Завтрак					
4,79	4,13	6,93	95,26	Кисломолочный продукт (ряженка)	165
4,79	4,13	6,93	95,26	ИТОГО:	165

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
4,50	3,62	1,16	55,13	Гуляш из отварного мяса птицы	35
2,65	4,16	17,71	119,16	Картофельное пюре	100
1,1333333	0	24,1833333	96,825	Кисель	150
2,71	0,49	13,69	71,34	Хлеб ржаной	41
12,79	14,33	67,68	447,68	ИТОГО:	506

Уплотненный полдник					
5,08	4,60	0,28	63	Яйцо вареное	40
9,44	16,41	17,90	287,81	Ватрушка с творогом	120
4,58	4,08	7,58	85,00	Молоко кипяченое	150
0,80	0,80	19,60	88,00	Фрукты свежие (яблоко)	200
19,90	25,89	45,36	523,81	ИТОГО:	510

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 10 октября 2025 года
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

5,39	6,38	32,02	207,00	Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом	250
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
8,50	10,75	24,67	229,08	Бутерброд с сыром	70
16,74	19,54	71,05	527,08	ИТОГО:	500

2-й Завтрак

4,81	4,15	6,97	84,84	Кисломолочный продукт (ряженка)	166
4,81	4,15	6,97	84,84	ИТОГО:	166

Обед

0,40	1,86	2,34	27,63	Салат из репчатого лука	30
1,4	4,2	8,6	77,6	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180
5,78	4,65	1,49	70,88	Гуляш из отварного мяса птицы	45
2,24	3,52	14,99	100,47	Картофельное пюре	110
1,224	0	26,118	104,571	Кисель	180
3,23	0,59	16,37	85,26	Хлеб ржаной	49
14,28	14,82	69,90	466,40	ИТОГО:	594

Уплотненный полдник

5,08	4,60	0,28	63	Яйцо вареное	40
10,23	17,78	19,39	311,79	Ватрушка с творогом	130
4,58	4,08	7,58	85,00	Молоко кипячёное	150
0,80	0,80	19,60	88,00	Фрукты свежие (яблоко)	200
20,69	27,26	46,85	547,79	ИТОГО:	520

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

Землякова О.Г.