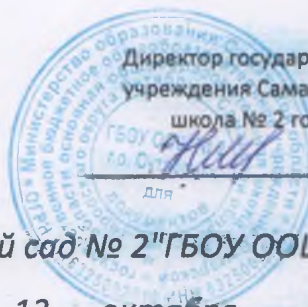


УТВЕРЖДАЮ



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

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

| Завтрак |       |       |        |                                      |     |
|---------|-------|-------|--------|--------------------------------------|-----|
| 6,51    | 4,61  | 29,23 | 184,34 | Каша рассыпчатая гречневая           | 165 |
| 2,21    | 1,49  | 15,69 | 85,00  | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 150 |
| 2,76    | 8,49  | 16,45 | 153,00 | Бутерброд с маслом                   | 45  |
| 11,47   | 14,59 | 61,36 | 422,34 | ИТОГО:                               | 360 |

| 2-й Завтрак |      |       |        |               |     |
|-------------|------|-------|--------|---------------|-----|
| 0,95        | 0,00 | 19,19 | 80,18  | Сок фруктовый | 190 |
| 1,11        | 1,50 | 11,43 | 60,90  | Печенье       | 15  |
| 2,06        | 1,50 | 30,62 | 141,08 | ИТОГО:        | 205 |

| Обед  |       |       |        |                               |     |
|-------|-------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 2,70  | 5,23  | 3,92  | 73,04  | Салат из свеклы с сыром       | 55  |
| 5,41  | 5,45  | 9,27  | 108,00 | Суп с рыбными консервами      | 180 |
| 7,68  | 5,58  | 3,34  | 94,24  | Голубцы ленивые Вкусные (п/ф) | 51  |
| 0,24  | 0,90  | 1,06  | 13,32  | Соус сметанный                | 18  |
| 2,65  | 4,16  | 17,71 | 118,73 | Картофельное пюре             | 130 |
| 0,12  | 0,12  | 17,92 | 73,20  | Компот из свежих яблок        | 150 |
| 2,64  | 0,48  | 13,36 | 69,60  | Хлеб ржаной                   | 40  |
| 21,43 | 21,91 | 66,58 | 550,13 | ИТОГО:                        | 624 |

| Уплотненный полдник |       |       |        |                                         |     |
|---------------------|-------|-------|--------|-----------------------------------------|-----|
| 0,12                | 0,47  | 0,77  | 7,67   | Икра кабачковая для детского питания    | 10  |
| 7,52                | 13,46 | 1,51  | 157,00 | Омлет натуральный                       | 85  |
| 4,06                | 3,50  | 5,60  | 70,00  | Кисломолочный продукт (Кефир) с сахаром | 140 |
| 2,53                | 0,32  | 15,46 | 75,20  | Хлеб пшеничный                          | 32  |
| 14,23               | 17,75 | 23,34 | 309,87 | ИТОГО:                                  | 267 |

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 13 октября 2025 года  
от 3х до 7 лет

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

| Завтрак |       |       |        |                                      |     |
|---------|-------|-------|--------|--------------------------------------|-----|
| 10,52   | 7,45  | 47,23 | 297,92 | Каша рассыпчатая гречневая           | 250 |
| 2,65    | 1,79  | 18,83 | 102,00 | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 180 |
| 3,37    | 10,38 | 20,10 | 187,00 | Бутерброд с маслом                   | 55  |
| 16,54   | 19,62 | 86,16 | 586,92 | ИТОГО:                               | 485 |

| 2-й Завтрак |      |       |        |               |     |
|-------------|------|-------|--------|---------------|-----|
| 0,96        | 0,00 | 19,39 | 81,02  | Сок фруктовый | 192 |
| 1,11        | 1,50 | 11,43 | 60,90  | Печенье       | 15  |
| 2,07        | 1,50 | 30,82 | 141,92 | ИТОГО:        | 207 |

| Обед  |       |       |        |                               |     |
|-------|-------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 2,94  | 5,70  | 4,28  | 79,68  | Салат из свеклы с сыром       | 60  |
| 6,01  | 6,05  | 10,30 | 120,00 | Суп с рыбными консервами      | 200 |
| 13,55 | 9,85  | 5,89  | 166,31 | Голубцы ленивые Вкусные (п/ф) | 90  |
| 0,40  | 1,50  | 1,76  | 22,20  | Соус сметанный                | 30  |
| 3,06  | 4,80  | 20,44 | 137,00 | Картофельное пюре             | 150 |
| 0,14  | 0,14  | 21,50 | 87,84  | Компот из свежих яблок        | 180 |
| 3,30  | 0,60  | 16,70 | 87,00  | Хлеб ржаной                   | 50  |
| 29,40 | 28,64 | 80,87 | 700,03 | ИТОГО:                        | 760 |

| Уплотненный полдник |       |       |        |                                         |     |
|---------------------|-------|-------|--------|-----------------------------------------|-----|
| 0,12                | 0,47  | 0,77  | 7,67   | Икра кабачковая для детского питания    | 10  |
| 7,52                | 13,46 | 1,51  | 157,00 | Омлет натуральный                       | 85  |
| 4,21                | 3,63  | 5,80  | 72,50  | Кисломолочный продукт (Кефир) с сахаром | 145 |
| 3,16                | 0,40  | 19,32 | 94,00  | Хлеб пшеничный                          | 40  |
| 15,01               | 17,96 | 27,40 | 331,17 | ИТОГО:                                  | 280 |

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

Землякова О.Г.