

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

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

14,51	10,73	16,90	221,92	Запеканка из творога	80
0,30	0,68	1,99	15,20	Соус молочный сладкий	15
3,06	2,66	13,18	89,17	Какао с молоком	150
7,69	11,18	23,66	225,88	Бутерброд с сыром	65
25,56	25,25	55,74	552,16	ИТОГО:	310

2-й Завтрак

3,92	3,38	5,40	67,50	Кисломолочный продукт (Кефир)	135
1,04	1,40	10,67	56,84	Печенье	14
4,95	4,78	16,07	124,34	ИТОГО:	149

Обед

0,41	1,85	2,54	28,44	Винегрет овощной	30
1,26	2,06	7,28	52,35	Суп картофельный с клецками	150
2,61	2,16	12,76	81,25	Клещки мучные	25
11,10	4,90	12,81	139,76	Зразы рыбные с яйцом	90
2,71	7,26	12,46	104,00	Капуста тушеная	130
0,12	0,12	17,92	73,20	Компот из свежих плодов	150
3,3	0,6	16,7	87	Хлеб ржаной	50
21,50	18,94	82,47	566,00	ИТОГО:	625

Уплотненный полдник

6,65	2,98	3,24	63,96	Птица тушеная с овощами	70
2,54	3,64	22,95	134,93	Рис отварной	110
0,10	0,02	8,50	34,17	Чай с лимоном	150
2,77	0,35	16,91	82,25	Хлеб пшеничный	35
12,05	6,98	51,60	315,31	ИТОГО:	365

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 21 октября 2025 года
от 3 х до 7-ми лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

20,86	15,42	24,30	319,01	Запеканка из творога	115
0,60	1,36	3,98	30,40	Соус молочный сладкий	30
3,67	3,19	15,82	107,00	Какао с молоком	180
8,87	12,90	27,30	260,63	Бутерброд с сыром	75
34,00	32,87	71,40	717,035	ИТОГО:	400

2-й Завтрак

4,00	3,45	5,52	69,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	138
1,04	1,40	10,67	56,84	Печенье	14
5,04	4,85	16,188	125,84	ИТОГО:	152

Обед

0,68	3,09	4,23	47,4	Винегрет овощной	50
1,51	2,47	8,74	62,82	Суп картофельный с клецками	180
2,608	2,16	12,76	81,25	Клецки мучные	25
14,80	6,54	17,08	186,35	Зразы рыбные с яйцом	120
2,71	7,26	12,46	104	Капуста тушеная	130
0,14	0,14	21,5	87,84	Компот из свежих плодов	180
3,63	0,66	18,37	95,7	Хлеб ржаной	55
26,08	22,31	95,14	665,36	ИТОГО:	740

Уплотненный полдник

9,03	4,04	4,39	86,81	Птица тушеная с овощами	95
3,58	5,13	32,34	190,13	Рис отварной	155
0,12	0,02	10,20	41,00	Чай с лимоном	180
2,92	0,37	17,87	86,95	Хлеб пшеничный	37
15,64	9,55	64,81	404,89	ИТОГО:	467

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

Землякова О.Г.