

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 31 октября 2025 года
от 1 года до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

12,88	6,32	12,59	158,67	Вареники ленивые отварные	85
0,42	2,31	0,92	26,05	Соус сметанный натуральный	14
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
2,19	1,09	15,00	76,69	Батон нарезной	25
17,86	11,73	40,47	337,24	ИТОГО:	274

2-й Завтрак

2,47	2,13	3,40	42,50	Кисломолочный продукт (кефир)	85
1,11	1,50	11,43	60,90	Печенье	15
3,58	3,63	14,83	103,40	ИТОГО:	100

Обед

0,35	2,04	1,05	23,92	Салат из солёных огурцов с луком	40
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
1,65	0,52	14,35	43,50	Хлеб ржаной	25
5,85	9,35	59,99	322,04	ИТОГО:	485

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
3,36	2,99	5,56	62,33	Молоко кипячёное	110
0,31	0,31	7,64	34,32	Фрукты свежие (яблоко)	78
23,25	23,26	75,78	621,16	ИТОГО:	428

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 31 октября 2025 года
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

17,43	8,55	17,03	214,67	Вареники ленивые отварные	115
0,45	2,48	0,99	27,92	Соус сметанный натуральный	15
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
2,45	1,22	16,79	85,89	Батон нарезной	28
23,18	14,65	49,18	419,47	ИТОГО:	338

2-й Завтрак

2,55	2,20	3,52	44,00	Кисломолочный продукт (кефир)	88
1,11	1,50	11,43	60,90	Печенье	15
3,66	3,70	14,95	104,90	ИТОГО:	103

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
1,72	0,52	14,35	45,24	Хлеб ржаной	26
6,95	11,29	70,40	386,96	ИТОГО:	596

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
3,36	2,99	5,56	62,33	Молоко кипячёное	110
0,34	0,34	8,33	37,40	Фрукты свежие (яблоко)	85
24,51	25,12	82,80	671,64	ИТОГО:	485

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

Землякова О.Г.