

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 20 ноября 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 сыром	33/3/12
10,69	16,34	61	434	ИТОГО:	390

2-й Завтрак

0,9	0	18,18	76	Сок яблочный	125
0,4	0,3	10,3	46	Плоды и ягоды свежие (Яблоко)	104
1,3	0,3	28,48	122	ИТОГО:	229

Обед

0,85	3,65	5,02	56,34	Салат из свеклы	45
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	41
29,94	29,85	80,63	711,84	ИТОГО:	706

Уплотненный полдник

13,5	12,5	5,3	189,2	Печень говяжья по строгановски	90
3,06	4,8	20,44	137	Картофельное пюре	150
3,16	0,4	19,32	94	Хлеб пшеничный	25
5,22	4,5	7,2	92	Ряженка	78
24,94	22,2	52,26	512,2	ИТОГО:	343

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

Синег -

Емелина М.В.