

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 13 января 2026 года

Дети от 3-х до 7 лет

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

| Завтрак | | | | | |
|---------|------|-------|-----|---------------------|---------|
| 5,45 | 5,13 | 18,16 | 142 | Каша вязкая пшенная | 205 |
| 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | Какао с молоком | 180 |
| 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 | Бутерброд с сыром | 40/3/12 |
| 12,28 | 8,72 | 53,3 | 343 | ИТОГО: | 385 |

| 2-й Завтрак | | | | | |
|-------------|-----|------|--------|---------|-----|
| 0,5 | 0 | 12,7 | 52,67 | Ряженка | 95 |
| 1,5 | 0,5 | 21 | 95 | Печенье | 14 |
| 2 | 0,5 | 33,7 | 147,67 | ИТОГО: | 109 |

| Обед | | | | | |
|-------|-------|--------|--------|------------------------------------|-----|
| 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | Салат из свежих огурцов | 55 |
| 1,87 | 2,26 | 13,3 | 81 | Суп картофельный с клецками на м/б | 200 |
| 21,47 | 19,69 | 35,69 | 406 | Голубцы ленивые п/ф | 100 |
| 22,15 | 16,8 | 25,24 | 189 | Картофельное пюре | 150 |
| 0,4 | 0,02 | 24,99 | 101,7 | Кисель | 180 |
| 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87 | Хлеб ржаной | 49 |
| 49,78 | 43,06 | 118,16 | 909,22 | ИТОГО: | 734 |

| Уплотненный полдник | | | | | |
|---------------------|-------|-------|--------|---------------------------|-----|
| 7,57 | 4,63 | 36,31 | 217 | Капуста тушеная | 150 |
| 13,5 | 12,5 | 5,3 | 189,2 | Биточки рыбные запеченные | 100 |
| 5,22 | 4,5 | 12,2 | 109,35 | Чай с лимоном | 180 |
| 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 | Хлеб пшеничный | 25 |
| 29,45 | 22,03 | 73,13 | 609,55 | ИТОГО: | 455 |

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

Синица

Емелина М.В.