

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 14 января 2026 года
Дети от 3-х до 7 лет

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

| Завтрак | | | | |
|----------------|-------|-------|-----|----------------------|
| 7,52 | 13,46 | 1,51 | 157 | Омлет натуральный |
| 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91 | Молоко кипяченое |
| 2,49 | 3,93 | 27,56 | 156 | Бутерброд с повидлом |
| | | | | |
| 12,86 | 19,8 | 43,43 | 404 | ИТОГО: |
| | | | | 235 |

| 2-й Завтрак | | | | |
|--------------------|---|-------|----|--------------|
| 0,9 | 0 | 18,18 | 76 | Сок яблочный |
| 0,9 | 0 | 18,18 | 76 | ИТОГО: |
| | | | | 105 |

| Обед | | | | |
|-------------|-------|-------|--------|--|
| 0,35 | 2,04 | 1,05 | 23,92 | Салат из соленых огурцов с луком |
| 38,18 | 20,2 | 1,58 | 341 | Суп картофельный с макаронными изделиями |
| 7,68 | 5,58 | 3,34 | 94,24 | Котлета рыбная любительская |
| 8,6 | 6,9 | 38,64 | 244 | Каша гречневая рассыпчатая |
| 0,14 | 0,14 | 21,5 | 87,8 | Компот из свежих фруктов |
| 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87 | Хлеб ржаной |
| 58,25 | 35,46 | 82,81 | 877,96 | ИТОГО: |
| | | | | 763 |

| Уплотненный полдник | | | | |
|----------------------------|-------|-------|-------|------------------------|
| 4 | 5,7 | 13,1 | 205 | Ватрушка с творогом |
| 3,36 | 7,69 | 17,99 | 154,2 | Рагу овощное 3 вариант |
| 5,22 | 4,5 | 7,56 | 90 | Кефир |
| 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 | Хлеб пшеничный |
| | | | | |
| 15,74 | 18,29 | 57,97 | 543,2 | ИТОГО: |
| | | | | 429 |

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

Синег

Емелина М.В.