



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	60
2,85	2,41	14,36	91	Молоко кипяченое	175
2,49	3,93	27,56	156	Бутерброд с повидлом	42/3/10
12,86	19,8	43,43	404	ИТОГО:	235

2-й Завтрак

0,9	0	18,18	76	Сок яблочный	105
0,9	0	18,18	76	ИТОГО:	105

Обед

0,35	2,04	1,05	23,92	Салат из соленых огурцов с луком	75
38,18	20,2	1,58	341	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
7,68	5,58	3,34	94,24	Котлета рыбная любительская	90
8,6	6,9	38,64	244	Каша гресневая рассыпчатая	150
0,14	0,14	21,5	87,8	Компот из свежих фруктов	180
3,3	0,6	16,7	87	Хлеб ржаной	68
58,25	35,46	82,81	877,96	ИТОГО:	763

Уплотненный полдник

4	5,7	13,1	205	Ватрушка с творогом	90
3,36	7,69	17,99	154,2	Рагу овощное 3 вариант	180
5,22	4,5	7,56	90	Кефир	127
3,16	0,4	19,32	94	Хлеб пшеничный	32
15,74	18,29	57,97	543,2	ИТОГО:	429

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

Синя

Емелина М.В.