

УТВЕРЖДАЮ

Директор государственного бюджетного общеобразовательного  
учреждения Самарской области основная общеобразовательная  
школа № 2 городского округа Октябрьск Самарской области

Михайлова Н.Н.

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

на 16 января 2026 года  
от 1 года до 3 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

**Завтрак**

9,85	4,83	9,63	121,33	Вареники ленивые отварные	65
0,30	1,65	0,66	18,61	Соус сметанный натуральный	10
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
3,50	1,74	23,99	122,70	Батон нарезной	40
16,03	10,23	46,24	338,47	ИТОГО:	265

**2-й Завтрак**

4,50	3,88	6,20	77,50	Кисломолочный продукт (кефир)	155
1,11	1,50	11,43	60,90	Печенье	15
5,61	5,38	17,63	138,40	ИТОГО:	170

**Обед**

0,26	1,53	0,79	17,94	Салат из солёных огурцов с луком	30
1,04	2,93	5,09	50,85	Щи из свежей капусты с картофелем	150
3,06	4,80	20,44	137,00	Жаркое по домашнему	150
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушёных фруктов	150
2,57	0,52	14,35	67,86	Хлеб ржаной	39
7,30	9,80	63,81	367,82	ИТОГО:	519

**Уплотненный полдник**

3,70	5,50	19,00	142,20	Каша "Дружба"	150
17,64	16,06	48,42	424,79	Пирожок печёный из дрожжевого теста моковный с яйцом	100
4,58	4,08	7,58	85,00	Молоко кипячёное	150
0,92	0,92	22,54	101,20	Плоды свежие яблоко	230
26,84	26,56	97,54	753,19	ИТОГО:	630

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 16 января 2026 года  
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

**Завтрак**

15,91	7,81	15,55	196,00	Вареники ленивые отварные	105
0,30	1,65	0,66	18,61	Соус сметанный натуральный	10
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
3,50	1,74	23,99	122,70	Батон нарезной	40
22,56	13,61	54,56	428,31	ИТОГО:	335

**2-й Завтрак**

4,50	3,88	6,20	77,50	Кисломолочный продукт (кефир)	155
1,11	1,50	11,43	60,90	Печенье	15
5,61	5,38	17,63	138,40	ИТОГО:	170

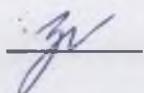
**Обед**

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
3,47	5,44	23,17	155,27	Жаркое по домашнему	170
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушёных фруктов	180
2,57	0,52	14,35	67,86	Хлеб ржаной	39
8,22	11,93	73,13	427,85	ИТОГО:	629

**Уплотненный полдник**

3,70	5,50	19,00	142,20	Каша "Дружба"	150
17,64	16,06	48,42	424,79	Пирожок печёный из дрожжевого теста моковный с яйцом	100
4,58	4,08	7,58	85,00	Молоко кипячёное	150
0,92	0,92	22,54	101,20	Плоды свежие яблоко	230
26,84	26,56	97,54	753,19	ИТОГО:	630

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

 Землякова О.Г.