

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 21 января 2026 года
от 1 года до 3 лет

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

Завтрак

| | | | | | |
|------|-------|-------|--------|--------------------------------------|-----|
| 3,73 | 3,38 | 12,25 | 94,38 | Суп молочный с макаронными изделиями | 130 |
| 3,15 | 1,88 | 12,95 | 89,0 | Кофейный напиток с молоком | 150 |
| 2,43 | 7,52 | 14,61 | 136,00 | Бутерброд с маслом | 40 |
| 9,31 | 12,78 | 39,81 | 319,38 | ИТОГО: | 320 |

2-й Завтрак

| | | | | | |
|------|---|-------|-------|--------------|-----|
| 0,82 | 0 | 18,38 | 76,80 | Сок яблочный | 182 |
| 0,82 | 0 | 18,38 | 76,8 | ИТОГО: | 182 |

Обед

| | | | | | |
|-------|-------|-------|--------|---|-----|
| 1,96 | 3,8 | 3,05 | 53,12 | Салат из свеклы с сыром | 40 |
| 2,72 | 3,6 | 7,28 | 72,57 | Суп из овощей на бульоне из птицы, детский № 60 | 180 |
| 13,27 | 5,37 | 2,21 | 110,63 | Голубцы ленивые Вкусные | 52 |
| 2,93 | 6,7 | 15,02 | 137,36 | Ragu овощное (3-й вариант) | 140 |
| 1,08 | 0 | 24,11 | 95,92 | Кисель | 150 |
| 2,50 | 2 | 12 | 62,64 | Хлеб ржаной | 40 |
| 24,46 | 21,47 | 63,67 | 532,24 | ИТОГО: | 602 |

Уплотненный полдник

| | | | | | |
|-------|-------|-------|--------|---------------------------------|-----|
| 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 | Яйцо вареное | 40 |
| 2,44 | 3,72 | 13,33 | 96,8 | Картофель в молоке | 110 |
| 1,92 | 4,03 | 27,3 | 166,95 | Булочка домашняя | 70 |
| 4,80 | 3,89 | 6,53 | 78,88 | Кисломолочный продукт (Ряженка) | 145 |
| 14,24 | 16,24 | 47,44 | 405,63 | ИТОГО: | 365 |

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 21 января 2026 года
от 3 х до 7 ми лет

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

Завтрак

| | | | | | |
|--------|-------|-------|--------|--------------------------------------|-----|
| 5,175 | 4,69 | 16,96 | 130,68 | Суп молочный с макаронными изделиями | 180 |
| 3,78 | 2,26 | 15,55 | 106,8 | Кофеинный напиток с молоком | 180 |
| 3,04 | 9,4 | 18,26 | 170,00 | Бутерброд с маслом | 50 |
| 11,995 | 16,35 | 50,77 | 407,48 | ИТОГО: | 410 |

2-й Завтрак

| | | | | | |
|------|---|-------|-------|--------------|-----|
| 0,90 | 0 | 20,20 | 84,40 | Сок яблочный | 200 |
| 0,9 | 0 | 20,2 | 84,4 | ИТОГО: | 200 |

Обед

| | | | | | |
|-------|-------|-------|--------|---|-----|
| 1,96 | 3,8 | 3,05 | 53,12 | Салат из свеклы с сыром | 40 |
| 2,72 | 3,6 | 7,28 | 72,57 | Суп из овощей на бульоне из птицы, детский № 60 | 180 |
| 13,27 | 5,37 | 2,21 | 110,63 | Голубцы ленивые Вкусные | 52 |
| 3,35 | 7,66 | 17,16 | 156,98 | Ragu овощное (3-й вариант) | 160 |
| 1,29 | 0 | 28,93 | 115,1 | Кисель | 180 |
| 3,00 | 2,4 | 14,4 | 75,17 | Хлеб ржаной | 48 |
| 25,59 | 22,83 | 73,03 | 583,57 | ИТОГО: | 660 |

Уплотненный полдник

| | | | | | |
|-------|-------|-------|--------|---------------------------------|-----|
| 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 | Яйцо вареное | 40 |
| 3,33 | 5,07 | 18,17 | 132 | Картофель в молоке | 150 |
| 2,19 | 4,61 | 31,2 | 190,8 | Булочка домашняя | 80 |
| 4,86 | 3,94 | 6,62 | 79,97 | Кисломолочный продукт (Ряженка) | 147 |
| 15,46 | 18,22 | 56,27 | 465,77 | ИТОГО: | 417 |

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

Землякова О.Г.