

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 27 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	220
3,67	3,19	15,82	107	Какао с молоком	180
3,16	0,4	19,32	94	Бутерброд с сыром	35/3/19
12,28	8,72	53,3	343	ИТОГО:	400

### 2-й Завтрак

0,5	0	12,7	52,67	Ряженка	177
1,5	0,5	21	95	Печенье	14
2	0,5	33,7	147,67	ИТОГО:	191

### Обед

0,59	3,69	2,24	44,52	Салат из свежих огурцов	95
1,87	2,26	13,3	81	Суп картофельный с клецками на м/б	200
21,47	19,69	35,69	406	Котлеты Сочные п/ф	62
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	59
49,78	43,06	118,16	909,22	ИТОГО:	746

### Уплотненный полдник

7,57	4,63	36,31	217	Капуста тушеная	150
13,5	12,5	5,3	189,2	Биточки рыбные запеченные	120
5,22	4,5	12,2	109,35	Чай с лимоном	180
3,16	0,4	19,32	94	Хлеб пшеничный	49
0,4	0,3	10,3	46	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)	158
29,85	22,33	83,43	655,55	ИТОГО:	657

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

*Синь*

Емелина М.В.