



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 |                    |       |

| <b>Завтрак</b> |      |       |     |                       |         |
|----------------|------|-------|-----|-----------------------|---------|
| 5,45           | 5,13 | 18,16 | 142 | Каша вязкая пшеничная | 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     |

| <b>2-й Завтрак</b> |     |      |        |         |     |
|--------------------|-----|------|--------|---------|-----|
| 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 |

| <b>Обед</b> |       |        |        |                                    |     |
|-------------|-------|--------|--------|------------------------------------|-----|
| 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 |

| <b>Уплотненный полдник</b> |       |       |        |                               |     |
|----------------------------|-------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 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     | Плоды 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:

*Синяя*

Емелина М.В.