


 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 28 января 2026 года

Дети от 3-х до 7 лет

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

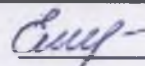
| Завтрак |       |       |     |                      |     |
|---------|-------|-------|-----|----------------------|-----|
| 7,52    | 13,46 | 1,51  | 157 | Омлет натуральный    | 60  |
| 2,85    | 2,41  | 14,36 | 91  | Молоко кипяченое     | 145 |
| 2,49    | 3,93  | 27,56 | 156 | Бутерброд с повидлом | 53  |
|         |       |       |     |                      |     |
| 12,86   | 19,8  | 43,43 | 404 | ИТОГО:               | 258 |

| 2-й Завтрак |     |       |      |                               |     |
|-------------|-----|-------|------|-------------------------------|-----|
| 0,9         | 0   | 18,18 | 76   | Сок яблочный                  | 133 |
| 0,4         | 0,3 | 10,3  | 46,0 | Плоды и ягоды свежие (Яблоко) | 153 |
| 1,3         | 0,3 | 28,48 | 122  | ИТОГО:                        | 286 |

| Обед  |       |       |        |                                          |     |
|-------|-------|-------|--------|------------------------------------------|-----|
| 0,35  | 2,04  | 1,05  | 23,92  | Салат из соленых огурцов с луком         | 90  |
| 38,18 | 20,2  | 1,58  | 341    | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 200 |
| 7,68  | 5,58  | 3,34  | 94,24  | Голубцы ленивые п/ф                      | 100 |
| 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                              | 65  |
| 58,25 | 35,46 | 82,81 | 877,96 | ИТОГО:                                   | 785 |

| 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                  | 128 |
| 3,16                | 0,4   | 19,32 | 94    | Хлеб пшеничный         | 40  |
|                     |       |       |       |                        |     |
| 15,74               | 18,29 | 57,97 | 543,2 | ИТОГО:                 | 438 |

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



Емелина М.В.