



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 30 января 2025 года
от 1 года до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

15,15	7,44	14,81	186,67	Вареники ленивые отварные	100
0,27	1,49	0,59	16,75	Соус сметанный натуральный	9
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
3,07	1,52	20,99	107,36	Батон нарезной	35
20,86	12,45	48,36	386,61	ИТОГО:	294

2-й Завтрак

2,76	2,38	3,80	47,50	Кисломолочный продукт (кефир)	95
1,11	1,50	11,43	60,90	Печенье	15
3,87	3,88	15,23	108,40	ИТОГО:	110

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 сушеных фруктов	150
3,96	0,52	14,35	104,40	Хлеб ржаной	60
8,69	9,80	63,81	404,36	ИТОГО:	540

Уплотненный полдник

3,45	5,13	17,73	132,72	Каша "Дружба"	140
17,64	16,06	48,42	424,79	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	100
4,89	4,35	8,09	90,67	Молоко кипячёное	160
0,52	0,52	12,74	57,20	Плоды свежие (яблоко)	130
26,50	26,07	86,98	705,38	ИТОГО:	530

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 30 января 2025 года
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

16,67	8,18	16,29	205,33	Вареники ленивые отварные	110
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
3,07	1,52	20,99	107,36	Батон нарезной	35
22,88	13,76	52,30	422,30	ИТОГО:	335

2-й Завтрак

3,05	2,63	4,20	52,50	Кисломолочный продукт (кефир)	105
1,85	2,50	19,05	101,50	Печенье	25
4,90	5,13	23,25	154,00	ИТОГО:	130

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 сушеных фруктов	180
4,29	0,52	14,35	113,10	Хлеб ржаной	65
9,93	11,93	73,13	473,09	ИТОГО:	655

Уплотненный полдник

3,70	5,50	19,00	142,20	Каша "Дружба"	150
17,64	16,06	48,42	424,79	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	100
5,04	4,49	8,34	93,50	Молоко кипячёное	165
0,52	0,52	12,74	57,20	Фрукты свежие (яблоко)	130
26,90	26,57	88,50	717,69	ИТОГО:	545

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

Землякова О.Г.