

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 3 февраля 2026 года  
от 1 г. до 3 х лет

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

**Завтрак**

|       |       |       |        |                       |     |
|-------|-------|-------|--------|-----------------------|-----|
| 9,98  | 7,38  | 11,62 | 152,57 | Запеканка из творога  | 55  |
| 0,60  | 1,36  | 3,98  | 30,40  | Соус молочный сладкий | 30  |
| 3,06  | 2,66  | 13,18 | 89,17  | Какао с молоком       | 150 |
| 4,73  | 6,88  | 14,56 | 139,00 | Батон нарезной        | 40  |
| 18,37 | 18,27 | 43,34 | 411,14 | ИТОГО:                | 275 |

**2-й Завтрак**

|      |      |       |        |                               |     |
|------|------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 4,06 | 3,50 | 5,60  | 70,00  | Кисломолочный продукт (Кефир) | 140 |
| 1,85 | 2,50 | 19,05 | 101,50 | Печенье                       | 25  |
| 5,91 | 6,00 | 24,65 | 171,50 | ИТОГО:                        | 165 |

**Обед**

|       |       |       |        |                             |     |
|-------|-------|-------|--------|-----------------------------|-----|
| 0,41  | 1,85  | 2,54  | 28,44  | Винегрет овощной            | 30  |
| 1,26  | 2,06  | 7,28  | 52,35  | Суп картофельный с клецками | 150 |
| 1,88  | 1,55  | 9,19  | 58,50  | Клецки мучные               | 18  |
| 13,56 | 5,99  | 15,66 | 170,82 | Драги рыбные с яйцом        | 110 |
| 2,51  | 6,70  | 11,51 | 96,00  | Капуста тушеная             | 120 |
| 0,12  | 0,12  | 17,92 | 73,20  | Компот из свежих плодов     | 150 |
| 1,65  | 0,3   | 8,35  | 43,5   | Хлеб ржаной                 | 25  |
| 21,38 | 18,57 | 72,44 | 522,81 | ИТОГО:                      | 603 |

**Уплотненный полдник**

|       |      |       |        |                         |     |
|-------|------|-------|--------|-------------------------|-----|
| 7,60  | 3,40 | 3,70  | 73,10  | Птица тушеная с овощами | 80  |
| 2,77  | 3,97 | 25,04 | 147,20 | Рис отварной            | 120 |
| 0,10  | 0,02 | 8,50  | 34,17  | Чай с лимоном           | 150 |
| 1,98  | 0,25 | 12,08 | 58,75  | Хлеб пшеничный          | 25  |
| 12,44 | 7,63 | 49,32 | 313,22 | ИТОГО:                  | 375 |

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 3 февраля 2026 года  
от 3 х до 7-ми лет

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

|                |       |       |         |                       |     |
|----------------|-------|-------|---------|-----------------------|-----|
| <b>Завтрак</b> |       |       |         |                       |     |
| 14,51          | 10,73 | 16,90 | 221,92  | Запеканка из творога  | 80  |
| 0,60           | 1,36  | 3,98  | 30,40   | Соус молочный сладкий | 30  |
| 3,67           | 3,19  | 15,82 | 107,00  | Какао с молоком       | 180 |
| 6,50           | 9,46  | 20,02 | 191,13  | Батон нарезной        | 55  |
| 25,29          | 24,74 | 56,72 | 550,445 | ИТОГО:                | 345 |

|                    |       |       |        |                               |     |
|--------------------|-------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| <b>2-й Завтрак</b> |       |       |        |                               |     |
| 4,26               | 3,68  | 5,88  | 73,50  | Кисломолочный продукт (Кефир) | 147 |
| 1,85               | 2,50  | 19,05 | 101,50 | Печенье                       | 25  |
| 6,11               | 6,175 | 24,93 | 175,00 | ИТОГО:                        | 172 |

|             |       |        |        |                             |     |
|-------------|-------|--------|--------|-----------------------------|-----|
| <b>Обед</b> |       |        |        |                             |     |
| 0,408       | 1,854 | 2,538  | 28,44  | Винегрет овощной            | 30  |
| 1,51        | 2,47  | 8,74   | 62,82  | Суп картофельный с клецками | 180 |
| 3,130       | 2,59  | 15,31  | 97,5   | Клецки мучные               | 30  |
| 14,18       | 6,26  | 16,37  | 178,59 | Зразы рыбные с яйцом        | 115 |
| 2,71        | 7,26  | 12,46  | 104    | Капуста тушеная             | 130 |
| 0,14        | 0,14  | 21,5   | 87,84  | Компот из сушеных фруктов   | 180 |
| 3,432       | 0,624 | 17,368 | 90,48  | Хлеб ржаной                 | 52  |
| 25,51       | 21,20 | 94,29  | 649,67 | ИТОГО:                      | 717 |

|                            |      |       |        |                         |     |
|----------------------------|------|-------|--------|-------------------------|-----|
| <b>Уплотненный полдник</b> |      |       |        |                         |     |
| 8,55                       | 3,83 | 4,16  | 82,24  | Птица тушеная с овощами | 90  |
| 3,69                       | 5,29 | 33,39 | 196,27 | Рис отварной            | 160 |
| 0,12                       | 0,02 | 10,20 | 41,00  | Чай с лимоном           | 180 |
| 2,77                       | 0,35 | 16,91 | 82,25  | Хлеб пшеничный          | 35  |
| 15,13                      | 9,49 | 64,65 | 401,75 | ИТОГО:                  | 465 |

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

Землякова О.Г.