

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 марта 2026 года  
от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
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

<b>2-й завтрак</b>					
3,34	2,88	4,60	57,50	Кисломолочный продукт (Кефир)	115
1,85	2,50	19,05	101,50	Печенье	25
5,19	5,38	23,65	159,00	ИТОГО:	140

<b>Обед</b>					
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	Клещки мучные	18
12,95	5,72	14,95	163,06	Зразы рыбные с яйцом	105
2,51	6,70	11,51	96,00	Капуста тушеная	120
0,12	0,12	17,92	73,20	Компот из свежих плодов	150
1,98	0,36	10,02	52,2	Хлеб ржаной	30
21,09	18,36	73,40	523,75	ИТОГО:	603

<b>Уплотненный полдник</b>					
9,03	4,04	4,39	86,81	Птица тушеная с овощами	95
3,23	4,63	29,21	171,73	Рис отварной	140
0,10	0,02	8,50	34,17	Чай с лимоном	150
2,37	0,30	14,49	70,50	Хлеб пшеничный	30
14,72	8,98	56,60	363,21	ИТОГО:	415

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 марта 2026 года

от 3 х до 7-ми лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
15,42	11,40	17,96	235,79	Запеканка из творога	85
0,50	1,36	3,98	30,40	Соус молочный сладкий	30
3,57	3,19	15,82	107,00	Какао с молоком	180
5,02	8,60	18,20	173,75	Батон нарезной	50
25,60	24,55	55,96	546,94	ИТОГО:	345

<b>2-й Завтрак</b>					
3,36	2,10	4,64	58,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	116
1,85	2,50	19,05	101,50	Печенье	25
5,21	5,4	23,69	159,50	ИТОГО:	141

<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	87,44	Компот из сушеных фруктов	180
2,244	0,408	11,356	59,16	Хлеб ржаной	34
24,32	20,98	88,28	618,35	ИТОГО:	699

<b>Уплотненный полдник</b>					
9,98	4,46	4,86	95,94	Птица тушеная с овощами	105
3,34	4,79	30,26	177,87	Рис отварной	145
0,12	0,02	10,20	41,00	Чай с лимоном	180
2,45	2,31	14,97	72,80	Хлеб пшеничный	31
15,89	9,59	60,29	387,66	ИТОГО:	461

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

Землякова О.Г.