

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 5 марта 2026 года

от 1 года до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
9,55	0,15	9,33	117,65	Вареники ленивые отварные	65
0,15	3,06	0,66	9,31	Соус сметанный натуральный	5
3,06	3,51	15,82	89,17	Какао с молоком	150
3,51	3,51	23,99	122,27	Батон нарезной	40
16,27	10,23	49,80	338,39	ИТОГО:	260

<b>2-й Завтрак</b>					
3,625	3,13	5,00	62,5	Кисломолочный продукт (кефир)	125
1,85	2,50	19,05	101,5	Печенье	25
5,475	5,625	24,05	164	ИТОГО:	150

<b>Обед</b>					
0,6	1,53	2,97	27,87	Салат из картофеля с солёными огурцами	30
4,779	3,726	11,115	97,2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180
3,81	2,02	0,16	34,12	Фрикадельки мясные	20
8,08	7,52	3,20	113,52	Печень говяжья по строгановски	48
8,78	6,22	39,47	248,97	Каша рассыпчатая гречневая	165
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
2,64	0,48	13,36	69,6	Хлеб ржаной	40
29,05	21,51	93,41	685,45	ИТОГО:	633

<b>Уплотненный полдник</b>					
11,31	4,00	8,15	113,69	Котлеты рыбные запеченные	85
2,50	4,45	11,50	96,00	Капуста тушеная	120
0,08	0,02	7,00	28,28	Чай с сахаром	150
2,36	0,30	14,49	70,50	Хлеб пшеничный	30
0,36	0,36	8,82	39,60	Фрукты свежие (яблоко)	90
16,61	9,12	49,96	348,07	ИТОГО:	475

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 5 марта 2026 года  
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
12,49	0,15	9,33	153,85	Вареники ленивые отварные	85
0,15	3,67	0,66	9,31	Соус сметанный натуральный	5
3,67	3,51	15,82	107,00	Какао с молоком	180
3,51	3,51	23,99	122,27	Батон нарезной	40
19,82	10,84	49,80	392,43	ИТОГО:	310

<b>2-й Завтрак</b>					
3,683	3,18	5,08	63,5	Кисломолочный продукт (кефир)	127
1,85	2,50	19,05	101,5	Печенье	25
5,533	5,675	24,13	165	ИТОГО:	152

<b>Обед</b>					
0,8	2,04	3,96	37,16	Салат из картофеля с солёными огурцами	40
5,31	4,14	12,35	108	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
3,81	2,02	0,16	34,12	Фрикадельки мясные	20
9,26	8,62	3,67	130,08	Печень говяжья по строгановски	55
8,78	6,22	39,47	248,97	Каша рассыпчатая гречневая	165
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
3,3	0,6	16,7	87	Хлеб ржаной	50
31,70	23,65	104,07	758,33	ИТОГО:	710

<b>Уплотненный полдник</b>					
11,97	4,23	8,63	120,38	Биточки рыбные запеченные	90
2,50	4,45	11,50	96,00	Капуста тушеная	120
0,10	0,02	8,40	33,94	Чай с сахаром	180
2,68	0,34	16,42	79,90	Хлеб пшеничный	34
0,36	0,36	8,82	39,60	Фрукты свежие (яблоко)	90
17,61	9,40	53,77	369,81	ИТОГО:	514

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

Землякова О.Г.