

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 11 марта 2026 года
от 1-го до 3-х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
1,95	2,69	14,82	90,13	Каша жидкая молочная манная	130
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
2,45	7,55	14,62	136,00	Бутерброд с маслом	40
6,78	12,24	41,40	301,97	ИТОГО:	320
2-й Завтрак					
0,78	0,00	15,66	65,41	Сок яблочный осветленный	155
1,85	2,50	19,05	101,50	Печенье	25
2,63	2,50	34,71	166,91	ИТОГО:	180
Обед					
0,29	0,51	0,62	8,36	Салат из зелёного горошка	10
4,62	3,73	11,12	97,20	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180
257,26	163,42	12,94	2760,31	Котлета Сочная	1618
13,28	5,37	2,21	110,63	Рагу овощное (3-й вариант)	52
3,13	7,66	16,46	147,35	Компот из сухеных фруктов	150
0,37	0,02	23,14	94,17	Хлеб пшеничный	150
2,64	0,48	17,39	69,60	ИТОГО:	40
281,58	181,18	83,88	3287,61	ИТОГО:	2200
Уплотненный полдник					
2,54	2,30	0,14	31,50	Яйцо вареное	20
4,06	3,50	5,60	70,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	140
7,87	13,68	14,91	239,83	Ватрушка с творогом	100
0,58	0,58	14,21	63,80	Плоды свежие (яблоко)	145
15,05	20,06	34,86	405,13	ИТОГО:	405

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 11 марта 2026 года
от 3 х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
2,25	3,10	17,10	104,00	Каша жидкая молочная манная	150
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
3,37	10,38	20,10	187,00	Бутерброд с маслом	45
8,47	15,89	51,56	382,00	ИТОГО:	375

2-й завтрак					
0,79	0,00	15,86	66,25	Сок яблочный осветленный	157
1,85	2,50	19,05	101,50	Печенье	25
2,64	2,50	34,91	167,75	ИТОГО:	182

Обед					
0,35	0,61	0,75	10,03	Салат из зелёного горошка	12
5,13	4,14	12,35	108,00	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
2,70	1,72	0,14	29,00	Котлета Сочная	52
13,28	5,37	2,21	110,63	Рагу овощное (3-й вариант)	150
3,13	7,66	16,46	147,35	Компот из сушеных фруктов	180
0,44	0,02	27,77	113,00	Хлеб пшеничный	45
2,97	0,54	17,39	78,30		
28,00	20,06	77,06	596,31	ИТОГО:	656

Уплотненный полдник					
2,54	2,30	0,14	31,50	Яйцо вареное	20
4,12	3,55	5,68	71,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	142
7,87	13,68	14,91	239,83	Ватрушка с творогом	100
0,58	0,58	14,21	63,80	Фрукты свежие (яблоко)	145
15,10	20,11	34,94	406,13	ИТОГО:	407

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

Землякова О.Г.