

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 17 марта 2026 года  
от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
11,79	8,72	13,73	180,31	Запеканка из творога	65
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
20,18	19,61	45,46	438,88	ИТОГО:	285

<b>2-й завтрак</b>					
3,57	3,08	4,92	61,50	Кисломолочный продукт (Кефир)	123
1,85	2,50	19,05	101,50	Печенье	25
5,42	5,58	23,97	163,00	ИТОГО:	148

<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
1,98	1,64	9,70	61,75	Клещки мучные	19
13,56	5,99	15,66	170,82	Зразы 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
1,98	0,36	10,02	52,2	Хлеб ржаной	30
21,81	18,72	74,62	534,76	ИТОГО:	609

<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
1,98	0,25	12,08	58,75	Хлеб пшеничный	25
14,33	8,93	54,18	351,46	ИТОГО:	410

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 17 марта 2026 года  
от 3 х до 7-ми лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
19,05	14,08	22,19	291,27	Запеканка из творога	105
0,60	1,36	3,98	30,40	Соус молочный сладкий	30
3,67	3,19	15,82	107,00	Какао с молоком	180
5,91	8,60	18,20	173,75	Батон нарезной	50
29,23	27,23	60,19	602,42	ИТОГО:	365

<b>2-й Завтрак</b>					
3,63	3,13	5,00	62,50	Кисломолочный продукт (Кефир)	125
1,85	2,50	19,05	101,50	Печенье	25
5,48	5,625	24,05	164,00	ИТОГО:	150

<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
3,366	0,612	17,034	88,74	Хлеб ржаной	51
25,45	21,18	93,96	647,93	ИТОГО:	716

<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
2,05	0,26	12,56	61,10	Хлеб пшеничный	26
15,49	9,54	57,87	375,91	ИТОГО:	456

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

Землякова О.Г.