



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 19 марта 2026 года
от 1 года до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
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
2-й Завтрак					
3,915	3,38	5,40	67,5	Кисломолочный продукт (кефир)	135
1,85	2,50	19,05	101,5	Печенье	25
5,765	5,875	24,45	169	ИТОГО:	160
Обед					
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
10,94	10,18	4,33	153,73	Печень говяжья по строгановски	65
5,32	3,77	23,92	150,89	Каша рассыпчатая гречневая	100
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
2,904	0,528	14,696	76,56	Хлеб ржаной	44
28,72	21,77	80,34	634,54	ИТОГО:	589
Уплотненный полдник					
10,64	3,76	7,67	107,00	Котлеты рыбные запеченные	80
2,50	4,45	11,50	96,00	Капуста тушеная	120
0,08	0,02	7,00	28,28	Чай с сахаром	150
1,97	0,25	12,08	58,75	Хлеб пшеничный	25
0,40	0,40	9,80	44,00	Фрукты свежие (яблоко)	100
15,59	8,88	48,05	334,03	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 19 марта 2026 года
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
17,63	0,15	9,33	217,20	Вареники ленивые отварные	120
0,15	3,67	0,66	9,31	Соус сметанный натуральный	5
3,67	3,69	15,82	107,00	Какао с молоком	180
3,69	3,69	23,99	128,38	Батон нарезной	42
25,14	11,19	49,80	461,89	ИТОГО:	347

2-й Завтрак					
4,002	3,45	5,52	69,0	Кисломолочный продукт (кефир)	138
1,85	2,50	19,05	101,5	Печенье	25
5,852	5,95	24,57	170,5	ИТОГО:	163

Обед					
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
11,78	10,97	4,67	165,55	Печень говяжья по строгановски	70
7,98	5,65	35,88	226,34	Каша рассыпчатая гречневая	150
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
3,3	0,6	16,7	87	Хлеб ржаной	50
33,42	25,44	101,49	771,17	ИТОГО:	710

Уплотненный полдник					
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
2,13	0,27	13,04	63,45	Хлеб пшеничный	27
0,40	0,40	9,80	44,00	Фрукты свежие (яблоко)	100
17,10	9,37	51,37	357,76	ИТОГО:	517

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

Землякова О.Г.