

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 14 апреля 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>         |       |          |        |                               |       |
| 3,63                       | 3,13  | 5,00     | 62,50  | Кисломолочный продукт (Кефир) | 125   |
| 1,85                       | 2,50  | 19,05    | 101,50 | Печенье                       | 25    |
| 5,48                       | 5,63  | 24,05    | 164,00 | ИТОГО:                        | 150   |
| <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   |
| 2,09                       | 1,73  | 10,21    | 65,00  | Клецки мучные                 | 20    |
| 12,95                      | 5,72  | 14,95    | 163,06 | Зразы рыбные с яйцом          | 105   |
| 2,82                       | 7,53  | 12,94    | 108,00 | Калуста тушеная               | 135   |
| 0,12                       | 0,12  | 17,92    | 73,20  | Компот из свежих плодов       | 150   |
| 2,31                       | 0,42  | 11,69    | 60,9   | Хлеб ржаной                   | 35    |
| 21,94                      | 19,43 | 77,52    | 550,95 | ИТОГО:                        | 625   |
| <b>Уплотненный полдник</b> |       |          |        |                               |       |
| 6,18                       | 2,76  | 3,01     | 59,39  | Птица тушеная с овощами       | 65    |
| 2,31                       | 3,31  | 20,87    | 122,67 | Рис отварной                  | 100   |
| 0,10                       | 0,02  | 8,50     | 34,17  | Чай с лимоном                 | 150   |
| 1,98                       | 0,25  | 12,08    | 58,75  | Хлеб пшеничный                | 25    |
| 10,56                      | 6,34  | 44,45    | 274,98 | ИТОГО:                        | 340   |

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 14 апреля 2026 года  
от 3 х до 7-ми лет

| Пищевая ценность |      |          |      | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал |                    |       |

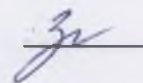
| <b>Завтрак</b> |       |       |        |                       |     |
|----------------|-------|-------|--------|-----------------------|-----|
| 17,23          | 12,74 | 20,07 | 263,53 | Запеканка из творога  | 95  |
| 0,60           | 1,36  | 3,98  | 30,40  | Соус молочный сладкий | 30  |
| 3,67           | 3,19  | 15,82 | 107,00 | Какао с молоком       | 180 |
| 7,10           | 10,32 | 21,84 | 208,50 | Батон нарезной        | 60  |
| 28,60          | 27,61 | 61,71 | 609,43 | ИТОГО:                | 365 |

| <b>2-й завтрак</b> |      |       |        |                               |     |
|--------------------|------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 3,71               | 3,20 | 5,12  | 64,00  | Кисломолочный продукт (Кефир) | 128 |
| 1,85               | 2,50 | 19,05 | 101,50 | Печенье                       | 25  |
| 5,56               | 5,7  | 24,17 | 165,50 | ИТОГО:                        | 153 |

| <b>Обед</b> |       |        |        |                             |     |
|-------------|-------|--------|--------|-----------------------------|-----|
| 0,68        | 3,09  | 4,23   | 47,4   | Винегрет овощной            | 50  |
| 1,51        | 2,47  | 8,74   | 62,82  | Суп картофельный с клецками | 180 |
| 2,608       | 2,16  | 12,76  | 81,25  | Клецки мучные               | 25  |
| 14,18       | 6,26  | 16,37  | 178,59 | Зразы рыбные с яйцом        | 115 |
| 2,82        | 7,53  | 12,94  | 108    | Капуста тушеная             | 135 |
| 0,14        | 0,14  | 21,5   | 87,84  | Компот из сушеных фруктов   | 180 |
| 2,442       | 0,444 | 12,358 | 64,38  | Хлеб ржаной                 | 37  |
| 24,38       | 22,10 | 88,90  | 630,28 | ИТОГО:                      | 722 |

| <b>Уплотненный полдник</b> |      |       |        |                         |     |
|----------------------------|------|-------|--------|-------------------------|-----|
| 7,60                       | 3,40 | 3,70  | 73,10  | Птица тушеная с овощами | 80  |
| 3,92                       | 5,62 | 35,47 | 208,53 | Рис отварной            | 170 |
| 0,12                       | 0,02 | 10,20 | 41,00  | Чай с лимоном           | 180 |
| 1,98                       | 0,25 | 12,08 | 58,75  | Хлеб пшеничный          | 25  |
| 13,62                      | 9,29 | 61,45 | 381,38 | ИТОГО:                  | 455 |

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



Землякова О.Г.