

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

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

| Завтрак | | | | | |
|----------------|-------|-------|--------|-------------------------------------|-----|
| 4,20 | 4,20 | 30,88 | 178,41 | Каша вязкая пшеничная | 165 |
| 2,21 | 1,24 | 15,69 | 85,00 | Кофейный напиток с молоком сгущеным | 150 |
| 3,36 | 10,38 | 15,63 | 145,44 | Бутербрд с маслом | 55 |
| 9,77 | 15,82 | 62,20 | 408,85 | ИТОГО: | 370 |

| 2-й Завтрак | | | | | |
|--------------------|---|-------|-------|--------------|-----|
| 0,91 | 0 | 18,28 | 76,38 | Сок яблочный | 181 |
| 0,91 | 0 | 18,28 | 76,38 | ИТОГО: | 181 |

| Обед | | | | | |
|-------------|-------|-------|--------|------------------------------------|-----|
| 0,67 | 1,67 | 3,27 | 30,83 | Салат из свеклы с зелёным горошком | 40 |
| 5,41 | 5,45 | 9,27 | 108,00 | Суп с рыбными консервами | 180 |
| 13,36 | 8,67 | 7,75 | 163,14 | Котлеты Сочные п/ф | 52 |
| 0,20 | 0,75 | 0,88 | 11,10 | Соус сметанный | 15 |
| 2,45 | 3,84 | 16,35 | 109,60 | Картофельное пюре | 120 |
| 1,02 | 0,00 | 21,77 | 87,14 | Кисель | 150 |
| 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,60 | Хлеб ржаной | 40 |
| 25,74 | 20,85 | 72,65 | 579,41 | ИТОГО: | 597 |

| Уплотненный полдник | | | | | |
|----------------------------|-------|-------|--------|--------------------------------------|-----|
| 0,20 | 0,80 | 1,31 | 13,03 | Икра кабачковая для детского питания | 17 |
| 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | Яйцо варёное | 40 |
| 9,57 | 4,58 | 22,51 | 169,37 | Макаронник с печенью | 100 |
| 3,63 | 3,13 | 5,25 | 63,33 | Кисломолочный продукт (Ряженка) | 125 |
| 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,50 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 20,85 | 13,40 | 43,84 | 379,24 | ИТОГО: | 312 |

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

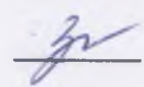
Михайловская Н.Н.

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

на 30 марта 2025 года
от 3 х лет до 7-ми

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход |
|----------------------------|-------|----------|--------|--------------------------------------|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | | |
| Завтрак | | | | | |
| 6,24 | 6,24 | 45,85 | 264,91 | Каша вязкая пшеничная | 245 |
| 2,65 | 1,49 | 18,83 | 102,0 | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 180 |
| 3,67 | 11,32 | 17,05 | 158,67 | Бутербрд с маслом | 60 |
| 12,56 | 19,05 | 81,73 | 525,58 | ИТОГО: | 485 |
| 2-й Завтрак | | | | | |
| 0,95 | 0 | 19,19 | 80,18 | Сок яблочный | 190 |
| 0,95 | 0 | 19,19 | 80,18 | ИТОГО: | 190 |
| Обед | | | | | |
| 0,75 | 1,88 | 3,68 | 34,68 | Салат из свеклы с зелёным горошком | 45 |
| 6,01 | 6,05 | 10,30 | 120,00 | Суп с рыбными консервами | 200 |
| 13,36 | 8,67 | 7,75 | 163,14 | Котлеты Сочные п/ф | 52 |
| 0,40 | 1,50 | 1,76 | 22,20 | Соус сметанный | 30 |
| 2,65 | 4,16 | 17,71 | 118,73 | Картофельное пюре | 130 |
| 1,22 | 0,00 | 26,12 | 104,57 | Кисель | 180 |
| 3,63 | 0,66 | 18,37 | 95,70 | Хлеб ржаной | 55 |
| 28,02 | 22,92 | 85,69 | 659,02 | ИТОГО: | 692 |
| Уплотненный полдник | | | | | |
| 0,22 | 0,85 | 1,39 | 13,80 | Икра кабачковая для детского питания | 18 |
| 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | Яйцо варёное | 40 |
| 11,48 | 5,49 | 27,01 | 203,24 | Макаронник с печенью | 120 |
| 3,68 | 3,18 | 5,33 | 64,35 | Кисломолочный продукт (Ряженка) | 127 |
| 2,77 | 0,35 | 16,91 | 82,25 | Хлеб пшеничный | 35 |
| 23,23 | 14,47 | 50,91 | 426,64 | ИТОГО: | 340 |

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



Землякова О.Г.