

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 31 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>					
3,48	3,00	4,80	60,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	120
1,85	2,50	19,05	101,50	Печенье	25
5,33	5,50	23,85	161,50	ИТОГО:	145

<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	Клецки мучные	19
12,95	5,72	14,95	163,06	Фарш рыбные с яйцом	105
2,61	6,98	11,98	100,00	Капуста тушеная	125
0,12	0,12	17,92	73,20	Компот из свежих плодов	150
2,64	0,48	13,36	69,6	Хлеб ржаной	40
21,96	18,84	77,73	548,40	ИТОГО:	619

<b>Уплотненный полдник</b>					
6,18	2,76	3,01	59,39	Птица тушеная с овощами	65
3,58	5,13	32,34	190,13	Рис отварной	155
0,10	0,02	8,50	34,17	Чай с лимоном	150
1,98	0,25	12,08	58,75	Хлеб пшеничный	25
11,83	8,15	55,92	342,44	ИТОГО:	395

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

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

<b>Завтрак</b>					
20,86	15,42	24,30	319,01	Запеканка из творога	115
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
31,04	28,57	62,30	630,16	ИТОГО:	375

<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	5,575	23,97	163,00	ИТОГО:	148

<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
15,41	6,81	17,79	194,12	Зразы рыбные с яйцом	125
2,61	6,98	11,98	100	Капуста тушеная	125
0,14	0,14	21,5	87,84	Компот из сушеных фруктов	180
2,904	0,528	14,696	76,56	Хлеб ржаной	44
26,11	21,37	92,56	647,28	ИТОГО:	714

<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.