

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 мая 2026 года  
от 1 года до 3 х лет

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

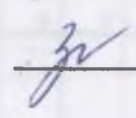
| <b>Завтрак</b> |       |       |        |                            |     |
|----------------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 14,69          | 0,15  | 9,33  | 181,00 | Вареники ленивые отварные  | 100 |
| 0,15           | 3,06  | 0,66  | 9,31   | Соус сметанный натуральный | 5   |
| 3,06           | 4,39  | 15,82 | 89,17  | Какао с молоком            | 150 |
| 4,39           | 4,39  | 23,99 | 152,84 | Батон нарезной             | 50  |
| 22,29          | 11,98 | 49,80 | 432,31 | ИТОГО:                     | 305 |

| <b>2-й завтрак</b> |       |       |       |                               |     |
|--------------------|-------|-------|-------|-------------------------------|-----|
| 4,205              | 3,63  | 5,80  | 72,5  | Кисломолочный продукт (кефир) | 145 |
| 1,85               | 2,50  | 19,05 | 101,5 | Печенье                       | 25  |
| 6,055              | 6,125 | 24,85 | 174   | ИТОГО:                        | 170 |

| <b>Обед</b> |       |        |        |  |     |
|-------------|-------|--------|--------|--|-----|
| 0,6         | 1,53  | 2,97   | 27,87  | Салат из картофеля с солёными огурцами   | 30  |
| 4,78        | 3,73  | 11,12  | 97,2   | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180 |
| 4,65        | 2,63  | 0,21   | 44,36  | Фрикадельки мясные                       | 26  |
| 6,23        | 5,80  | 2,47   | 87,51  | Печень говяжья по строгановски           | 37  |
| 6,22        | 4,41  | 27,99  | 176,55 | Каша рассыпчатая гречневая               | 117 |
| 0,37        | 0,02  | 23,14  | 94,17  | Компот из сушеных фруктов                | 150 |
| 2,772       | 0,504 | 14,028 | 73,08  | Хлеб ржаной                              | 42  |
| 25,62       | 18,61 | 81,92  | 600,72 | ИТОГО:                                   | 582 |

| <b>Уплотненный полдник</b> |      |       |        |                           |     |
|----------------------------|------|-------|--------|---------------------------|-----|
| 12,64                      | 4,47 | 9,11  | 127,06 | Котлеты рыбные запеченные | 95  |
| 2,61                       | 4,63 | 11,98 | 100,00 | Капуста тушеная           | 125 |
| 0,08                       | 0,02 | 7,00  | 28,28  | Чай с сахаром             | 150 |
| 2,84                       | 0,36 | 17,39 | 84,60  | Хлеб пшеничный            | 36  |
| 0,40                       | 0,40 | 9,80  | 44,00  | Фрукты свежие (яблоко)    | 100 |
| 18,56                      | 9,88 | 55,28 | 383,94 | ИТОГО:                    | 506 |

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 мая 2026 года  
от 3х до 7 лет

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

| <b>Завтрак</b> |       |       |        |                            |     |
|----------------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 14,69          | 0,30  | 9,33  | 181,00 | Вареники ленивые отварные  | 100 |
| 0,30           | 3,67  | 0,66  | 18,61  | Соус сметанный натуральный | 10  |
| 3,67           | 4,39  | 15,82 | 107,00 | Какао с молоком            | 180 |
| 4,39           | 4,39  | 23,99 | 152,84 | Батон нарезной             | 50  |
| 23,05          | 12,75 | 49,80 | 459,45 | ИТОГО:                     | 340 |

| <b>2-й завтрак</b> |       |       |       |                               |     |
|--------------------|-------|-------|-------|-------------------------------|-----|
| 4,21               | 3,63  | 5,80  | 72,5  | Кисломолочный продукт (кефир) | 145 |
| 1,85               | 2,50  | 19,05 | 101,5 | Печенье                       | 25  |
| 6,06               | 6,125 | 24,85 | 174   | ИТОГО:                        | 170 |

| <b>Обед</b> |       |        |        |  |     |
|-------------|-------|--------|--------|--|-----|
| 1           | 2,55  | 4,95   | 46,45  | Салат из картофеля с солёными огурцами   | 50  |
| 5,31        | 4,14  | 12,35  | 108    | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 200 |
| 4,65        | 2,63  | 0,21   | 44,36  | Фрикадельки мясные                       | 26  |
| 7,91        | 7,36  | 3,13   | 111,16 | Печень говяжья по строгановски           | 47  |
| 10,64       | 7,53  | 47,84  | 301,79 | Каша рассыпчатая гречневая               | 200 |
| 0,44        | 0,02  | 27,77  | 113    | Компот из сушеных фруктов                | 180 |
| 3,3         | 0,6   | 16,7   | 87     | Хлеб ржаной                              | 50  |
| 33,25       | 24,84 | 112,95 | 811,75 | ИТОГО:                                   | 753 |

| <b>Уплотненный полдник</b> |       |       |        |                           |     |
|----------------------------|-------|-------|--------|---------------------------|-----|
| 13,97                      | 4,94  | 10,07 | 140,44 | Биточки рыбные запеченные | 105 |
| 3,03                       | 5,37  | 13,90 | 116,00 | Капуста тушеная           | 145 |
| 0,10                       | 0,02  | 8,40  | 33,94  | Чай с сахаром             | 180 |
| 3,94                       | 0,50  | 24,15 | 117,50 | Хлеб пшеничный            | 50  |
| 0,40                       | 0,40  | 9,80  | 44,00  | Фрукты свежие (яблоко)    | 100 |
| 21,42                      | 11,23 | 66,31 | 451,87 | ИТОГО:                    | 580 |

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

Землякова О.Г.