

УТВЕРЖДАЮ

Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области основная общеобразовательная школа № 2 городского округа Октябрьск Самарской области

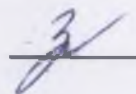
Михайловская Н.Н.

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

на 20 мая 2026 года  
от 1-го до 3-х лет

| Пищевая ценность           |       |          |        | Наименование блюда                       | Выход |
|----------------------------|-------|----------|--------|--|-------|
| Белки                      | Жиры  | Углеводы | Ккал   |  |       |
| <b>Завтрак</b>             |       |          |        |  |       |
| 2,25                       | 3,10  | 17,10    | 104,00 | Каша жидкая молочная манная              | 150   |
| 2,38                       | 2,01  | 11,97    | 75,83  | Кофейный напиток с молоком               | 150   |
| 2,14                       | 6,61  | 12,79    | 119,00 | Бутерброд с маслом                       | 35    |
| 6,77                       | 11,71 | 41,86    | 298,83 | ИТОГО:                                   | 335   |
| <b>2-й Завтрак</b>         |       |          |        |  |       |
| 1,00                       | 0,00  | 20,20    | 84,40  | Сок яблочный осветленный                 | 200   |
| 0,74                       | 1,00  | 7,62     | 40,60  | Печенье                                  | 10    |
| 1,74                       | 1,00  | 27,82    | 125,00 | ИТОГО:                                   | 210   |
| <b>Обед</b>                |       |          |        |  |       |
| 0,32                       | 0,56  | 0,68     | 9,19   | Салат из зелёного горошка                | 11    |
| 4,62                       | 3,73  | 11,12    | 97,20  | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180   |
| 3,98                       | 2,53  | 0,20     | 42,65  | Котлета Сочная                           | 25    |
| 13,28                      | 5,37  | 2,21     | 110,63 | Рагу овощное (3-й вариант)               | 52    |
| 2,72                       | 6,64  | 14,26    | 127,70 | Компот из сушеных фруктов                | 130   |
| 0,37                       | 0,02  | 23,14    | 94,17  | Хлеб пшеничный                           | 150   |
| 2,64                       | 0,48  | 17,39    | 69,60  |  | 40    |
| 27,91                      | 19,32 | 69,01    | 551,14 | ИТОГО:                                   | 588   |
| <b>Уплотненный полдник</b> |       |          |        |  |       |
| 2,54                       | 2,30  | 0,14     | 31,50  | Яйцо вареное                             | 20    |
| 3,83                       | 3,30  | 5,28     | 66,00  | Кисломолочный продукт (Кефир)            | 132   |
| 8,26                       | 14,36 | 15,66    | 251,82 | Ватрушка с творогом                      | 105   |
| 0,40                       | 0,40  | 9,80     | 44,00  | Фрукты свежие (яблоко)                   | 100   |
| 15,03                      | 20,36 | 30,88    | 393,32 | ИТОГО:                                   | 357   |

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 20 мая 2026 года  
от 3 х до 7 лет

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

| <b>Завтрак</b> |       |       |        |                             |     |
|----------------|-------|-------|--------|-----------------------------|-----|
| 2,25           | 3,10  | 17,10 | 104,00 | Каша жидкая молочная манная | 150 |
| 2,85           | 2,41  | 14,36 | 91,00  | Кофейный напиток с молоком  | 180 |
| 4,12           | 12,69 | 24,57 | 228,56 | Бутерброд с маслом          | 55  |
| 9,22           | 18,20 | 56,03 | 423,56 | ИТОГО:                      | 385 |

| <b>2-й Завтрак</b> |      |       |        |                          |     |
|--------------------|------|-------|--------|--------------------------|-----|
| 1,00               | 0,00 | 20,20 | 84,40  | Сок яблочный осветленный | 200 |
| 0,74               | 1,00 | 7,62  | 40,60  | Печенье                  | 10  |
| 1,74               | 1,00 | 27,82 | 125,00 | ИТОГО:                   | 210 |

| <b>Обед</b> |       |       |        |  |     |
|-------------|-------|-------|--------|--|-----|
| 0,32        | 0,56  | 0,68  | 9,19   | Салат из зелёного горошка                | 11  |
| 5,13        | 4,14  | 12,35 | 108,00 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 200 |
| 3,98        | 2,53  | 0,20  | 42,65  | Котлета Сочная                           | 25  |
| 13,28       | 5,37  | 2,21  | 110,63 | Рагу овощное (3-й вариант)               | 52  |
| 3,13        | 7,66  | 16,46 | 147,35 | Компот из сушеных фруктов                | 150 |
| 0,44        | 0,02  | 27,77 | 113,00 | Хлеб пшеничный                           | 180 |
| 3,50        | 0,64  | 17,39 | 92,22  |  | 53  |
| 29,77       | 20,91 | 77,07 | 623,04 | ИТОГО:                                   | 671 |

| <b>Уплотненный полдник</b> |       |       |        |                               |     |
|----------------------------|-------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 2,54                       | 2,30  | 0,14  | 31,50  | Яйцо вареное                  | 20  |
| 3,83                       | 3,30  | 5,28  | 66,00  | Кисломолочный продукт (Кефир) | 132 |
| 8,65                       | 15,04 | 16,41 | 263,81 | Ватрушка с творогом           | 110 |
| 0,40                       | 0,40  | 9,80  | 44,00  | Фрукты свежие (яблоко)        | 100 |
| 15,42                      | 21,04 | 31,63 | 405,31 | ИТОГО:                        | 362 |

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

Землякова О.Г.