



УТВЕРЖДАЮ  
И.О. Директора государственного бюджетного  
образовательного учреждения Самарской области основная  
образовательная школа № 2 городского округа Октябрьск  
Самарской области

Гобузова Т.И.

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

на 8 июля 2026 года  
от 1 -го до 3 - х лет

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

**Завтрак**

|      |       |       |        |                             |     |
|------|-------|-------|--------|-----------------------------|-----|
| 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 |
| 2,76 | 8,49  | 16,45 | 153,00 | Бутерброд с маслом          | 45  |
| 7,38 | 13,60 | 45,51 | 332,83 | ИТОГО:                      | 345 |

**2-й Завтрак**

|      |      |       |        |                          |     |
|------|------|-------|--------|--------------------------|-----|
| 0,93 | 0,00 | 18,69 | 78,07  | Сок яблочный осветленный | 185 |
| 1,11 | 1,50 | 11,43 | 60,90  | Печенье                  | 15  |
| 2,04 | 1,50 | 30,12 | 138,97 | ИТОГО:                   | 200 |

**Обед**

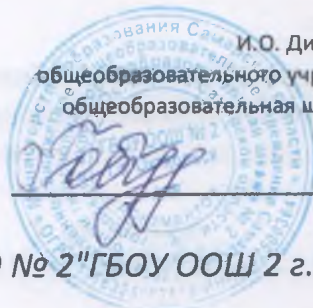
|       |       |       |        |                            |     |
|-------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| 0,35  | 0,61  | 0,75  | 10,03  | Салат из зелёного горошка  | 12  |
| 4,62  | 3,73  | 11,12 | 97,20  | Суп картофельный с         | 180 |
| 2,07  | 1,31  | 0,10  | 22,18  | мясными фрикадельками      | 13  |
| 13,28 | 5,37  | 2,21  | 110,63 | Котлета Сочная             | 52  |
| 3,13  | 7,66  | 16,46 | 147,35 | Рагу овощное (3-й вариант) | 150 |
| 0,37  | 0,02  | 23,14 | 94,17  | Компот из сушеных фруктов  | 150 |
| 3,30  | 0,60  | 17,39 | 87,00  | Хлеб пшеничный             | 50  |
| 27,11 | 19,30 | 71,17 | 568,55 | ИТОГО:                     | 607 |

**Уплотненный полдник**

|       |       |       |        |                               |     |
|-------|-------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 2,54  | 2,30  | 0,14  | 31,50  | Яйцо вареное                  | 20  |
| 4,35  | 3,75  | 6,00  | 75,00  | Кисломолочный продукт (Кефир) | 150 |
| 9,05  | 15,73 | 17,15 | 275,80 | Ватрушка с творогом           | 115 |
| 0,48  | 0,48  | 11,76 | 52,80  | Фрукты свежие (яблоко)        | 120 |
| 16,42 | 22,26 | 35,05 | 435,10 | ИТОГО:                        | 405 |

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

Землякова О.Г.



УТВЕРЖДАЮ  
И.О. Директора государственного бюджетного  
образовательного учреждения Самарской области основная  
образовательная школа № 2 городского округа Октябрьск  
Самарской области

Гобузова Т.И.

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

на 8 июля 2026 года  
от 3 х до 7 лет

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

|                |       |       |        |                             |     |
|----------------|-------|-------|--------|-----------------------------|-----|
| <b>Завтрак</b> |       |       |        |                             |     |
| 3,00           | 4,13  | 22,80 | 138,67 | Каша жидкая молочная манная | 200 |
| 2,85           | 2,41  | 14,36 | 91,00  | Кофейный напиток с молоком  | 180 |
| 3,37           | 10,38 | 20,10 | 187,00 | Бутерброд с маслом          | 45  |
| 9,22           | 16,92 | 57,26 | 416,67 | ИТОГО:                      | 425 |

|                    |      |       |        |                          |     |
|--------------------|------|-------|--------|--------------------------|-----|
| <b>2-й Завтрак</b> |      |       |        |                          |     |
| 0,94               | 0,00 | 18,99 | 79,34  | Сок яблочный осветленный | 188 |
| 1,11               | 1,50 | 11,43 | 60,90  | Печенье                  | 15  |
| 2,05               | 1,50 | 30,42 | 140,24 | ИТОГО:                   | 203 |

|             |       |       |        |                            |     |
|-------------|-------|-------|--------|----------------------------|-----|
| <b>Обед</b> |       |       |        |                            |     |
| 0,35        | 0,61  | 0,75  | 10,03  | Салат из зелёного горошка  | 12  |
| 5,13        | 4,14  | 12,35 | 108,00 | Суп картофельный с         | 200 |
| 2,39        | 1,52  | 0,12  | 25,59  | мясными фрикадельками      | 15  |
| 13,28       | 5,37  | 2,21  | 110,63 | Котлета Сочная             | 52  |
| 3,13        | 7,66  | 16,46 | 147,35 | Рагу овощное (3-й вариант) | 150 |
| 0,44        | 0,02  | 27,77 | 113,00 | Компот из сушеных фруктов  | 180 |
| 3,63        | 0,66  | 17,39 | 95,70  | Хлеб пшеничный             | 55  |
| 28,34       | 19,98 | 77,05 | 610,29 | ИТОГО:                     | 664 |

|                            |       |       |        |                               |     |
|----------------------------|-------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| <b>Уплотненный полдник</b> |       |       |        |                               |     |
| 2,54                       | 2,30  | 0,14  | 31,50  | Яйцо вареное                  | 20  |
| 4,38                       | 3,78  | 6,04  | 75,50  | Кисломолочный продукт (Кефир) | 151 |
| 9,05                       | 15,73 | 17,15 | 275,80 | Ватрушка с творогом           | 115 |
| 0,48                       | 0,48  | 11,76 | 52,80  | Плоды свежие (яблоко)         | 120 |
| 16,45                      | 22,28 | 35,09 | 435,60 | ИТОГО:                        | 406 |

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

Землякова О.Г.