

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области основная общеобразовательная школа № 2 городского округа Октябрьск Самарской области

Гобузова Т.И.

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

на 14 июля 2026 года
от 1 г. до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

9,80	7,24	11,41	149,80	Запеканка из творога	54
0,60	1,36	3,98	30,40	Соус молочный сладкий	30
3,06	2,66	13,18	89,17	Какао с молоком	150
6,15	8,94	18,93	180,70	Батон нарезной	52
19,60	20,20	47,50	450,06	ИТОГО:	286

2-й Завтрак

3,63	3,13	5,00	62,50	Кисломолочный продукт (Кефир)	125
1,11	1,50	11,43	60,90	Печенье	15
4,74	4,63	16,43	123,40	ИТОГО:	140

Обед

0,41	1,85	2,54	28,44	Винегрет овощной	30
1,26	2,06	7,28	52,35	Суп картофельный с клецками	150
2,30	1,90	11,23	71,50	Клецки мучные	22
17,88	7,90	20,64	225,18	Зразы рыбные с яйцом	145
2,51	6,70	11,51	96,00	Капуста тушеная	120
0,12	0,12	17,92	73,20	Компот из свежих плодов	150
2,31	0,42	11,69	60,9	Хлеб ржаной	35
26,77	20,94	82,80	607,57	ИТОГО:	652

Уплотненный полдник

5,04	2,25	2,45	48,43	Птица тушеная с овощами	53
3,30	4,73	29,84	175,41	Рис отварной	143
0,10	0,02	8,50	34,17	Чай с лимоном	150
2,37	0,30	14,49	70,50	Хлеб пшеничный	30
10,80	7,30	55,28	328,51	ИТОГО:	376

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 14 июля 2026 года
от 3 х до 7-ми лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
9,80	7,24	11,41	149,80	Запеканка из творога	54
0,60	1,36	3,98	30,40	Соус молочный сладкий	30
3,67	3,19	15,82	107,00	Какао с молоком	180
6,98	10,15	21,48	205,03	Батон нарезной	59
21,04	21,94	52,69	492,221	ИТОГО:	323

2-й Завтрак					
3,71	3,20	5,12	64,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	128
1,11	1,50	11,43	60,90	Печенье	15
4,82	4,7	16,55	124,90	ИТОГО:	143

Обед.					
0,68	3,09	4,23	47,4	Винегрет овощной	50
1,51	2,47	8,74	62,82	Суп картофельный с клецками	180
2,921	2,42	14,29	91	Клецки мучные	28
16,64	7,35	19,22	209,65	Эрсы рыбные с яйцом	135
3,38	9,04	15,53	129,6	Капуста тушеная	162
0,14	0,14	21,5	87,84	Компот из сушеных фруктов	180
2,706	0,492	13,694	71,34	Хлеб ржаной	41
27,98	25,00	97,20	699,65	ИТОГО:	776

Уплотненный полдник					
11,02	4,93	5,37	106,00	Птица тушеная с овощами	116
3,44	4,93	31,09	182,77	Рис отварной	149
0,12	0,02	10,20	41,00	Чай с лимоном	180
3,00	0,38	18,35	89,30	Хлеб пшеничный	38
17,58	10,26	65,01	419,07	ИТОГО:	483

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

Землякова О.Г.