



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 16 июля 2026 года
от 1 года до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

19,10	0,18	9,33	235,30	Вареники ленивые отварные	130
0,18	3,06	0,66	11,17	Соус сметанный натуральный	6
3,06	3,51	15,82	89,17	Какао с молоком	150
3,51	3,51	23,99	122,27	Батон нарезной	40
25,85	10,26	49,80	457,90	ИТОГО:	326

2-й Завтрак

3,915	3,38	5,40	67,5	Кисломолочный продукт (кефир)	135
0,74	1,00	7,62	40,6	Печенье	10
4,655	4,375	13,02	108,1	ИТОГО:	145

Обед

0,8	2,04	3,96	37,16	Салат из картофеля с солёными огурцами	40
4,78	3,73	11,12	97,2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180
3,58	2,02	0,16	34,12	Фрикадельки мясные	20
9,93	9,24	3,93	139,54	Печень говяжья по строгановски	59
6,92	4,90	31,10	196,16	Каша рассыпчатая гречневая	130
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
3,3	0,6	16,7	87	Хлеб ржаной	50
29,67	22,55	90,11	685,34	ИТОГО:	629

Уплотненный полдник

7,98	2,82	5,75	80,25	Котлеты рыбные запеченные	60
2,52	4,48	11,60	96,80	Капуста тушеная	121
0,08	0,02	7,00	28,28	Чай с сахаром	150
3,15	0,40	19,32	94,00	Хлеб пшеничный	40
0,56	0,56	13,82	62,04	Фрукты свежие (яблоко)	141
14,30	8,29	57,49	361,37	ИТОГО:	512

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
общеобразовательная школа № 2 городского округа Октябрьск
Самарской области

Гобузова Т.И.

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

на 16 июля 2026 года

от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
25,71	0,18	9,33	316,75	Вареники ленивые отварные	175
0,18	3,67	0,66	11,17	Соус сметанный натуральный	6
3,67	4,12	15,82	107,00	Какао с молоком	180
4,12	4,12	23,99	143,67	Батон нарезной	47
33,69	12,10	49,80	578,58	ИТОГО:	408

2-й Завтрак					
4,61	3,98	6,36	79,5	Кисломолочный продукт (кефир)	159
1,48	2,00	15,24	81,2	Печенье	20
6,09	5,975	21,6	160,7	ИТОГО:	179

Обед					
1,2	3,06	5,94	55,74	Салат из картофеля с солёными огурцами	60
5,31	4,14	12,35	108	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
4,47	2,53	0,20	42,65	Фрикадельки мясные	25
11,28	10,50	4,47	158,46	Печень говяжья по строгановски	67
7,98	5,65	35,88	226,34	Каша рассыпчатая гречневая	150
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
4,026	0,732	20,374	106,14	Хлеб ржаной	61
34,70	26,63	106,98	810,33	ИТОГО:	743

Уплотненный полдник					
10,37	3,67	7,48	104,33	Биточки рыбные запеченные	78
3,03	5,37	13,90	116,00	Капуста тушеная	145
0,10	0,02	8,40	33,94	Чай с сахаром	180
3,62	0,46	22,22	108,10	Хлеб пшеничный	46
0,56	0,56	13,82	62,04	Плоды свежие (яблоко)	141
17,68	10,09	65,81	424,40	ИТОГО:	590

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

Землякова О.Г.