



УТВЕРЖДАЮ  
И.О. директора государственного бюджетного  
образовательного учреждения Самарской области  
основная общеобразовательная школа № 2 городского округа  
Октябрьск Самарской области  
Маргвелашвили М.О.

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

на 21 июля 2026 года

Дети от 3-х до 7 лет

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

| Завтрак |       |       |       |                   |     |
|---------|-------|-------|-------|-------------------|-----|
| 3,7     | 5,5   | 19    | 142,2 | Каша Дружба       | 180 |
| 3,67    | 3,19  | 15,82 | 107   | Какао с молоком   | 180 |
| 6,68    | 8,45  | 19,39 | 180   | Бутерброд с сыром | 50  |
|         |       |       |       |                   |     |
| 14,05   | 17,14 | 54,21 | 429,2 | ИТОГО:            | 410 |

| 2-й Завтрак |     |      |        |         |     |
|-------------|-----|------|--------|---------|-----|
| 5,22        | 4,5 | 12,2 | 109,35 | Кефир   | 83  |
| 1,5         | 0,5 | 21   | 95     | Печенье | 17  |
| 6,72        | 5   | 33,2 | 204,35 | ИТОГО:  | 100 |

| Обед  |       |       |        |                                          |     |
|-------|-------|-------|--------|------------------------------------------|-----|
| 0,68  | 3,71  | 2,83  | 47,46  | Салат из свежих помидор                  | 30  |
| 1,39  | 3,91  | 6,79  | 67,8   | Щи из свежей капусты с картофелем на к/б | 200 |
| 16    | 14,78 | 26,76 | 304    | Плов из птицы                            | 170 |
| 1,36  | 0     | 29,2  | 116,19 | Кисель                                   | 180 |
| 3,3   | 0,6   | 16,7  | 87     | Хлеб ржаной                              | 38  |
|       |       |       |        |                                          |     |
| 22,73 | 23    | 82,28 | 622,45 | ИТОГО:                                   | 618 |

| Уплотненный полдник |       |       |        |                               |     |
|---------------------|-------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 12,08               | 3,92  | 8,21  | 116    | Шницель рыбный натуральный    | 75  |
| 0,58                | 1,36  | 3,98  | 30,45  | Макаронные изделия отварные   | 155 |
| 5,22                | 4,5   | 12,2  | 109,35 | Чай с лимоном                 | 180 |
| 3,3                 | 0,6   | 16,7  | 87     | Хлеб пшеничный                | 35  |
| 0,4                 | 0,3   | 10,3  | 46     | Плоды и ягоды свежие (Яблоко) | 98  |
|                     |       |       |        |                               |     |
| 21,58               | 10,68 | 51,39 | 388,8  | ИТОГО:                        | 543 |

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

Емелина М.В.