



УТВЕРЖДАЮ

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

Маргвелашвили М.О.

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

на 28 июля 2026 года  
от 1 г. до 3 х лет

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

Завтрак

|       |       |       |        |                       |     |
|-------|-------|-------|--------|-----------------------|-----|
| 9,98  | 7,38  | 11,62 | 152,57 | Запеканка из творога  | 55  |
| 0,60  | 1,36  | 3,98  | 30,40  | Соус молочный сладкий | 30  |
| 3,06  | 2,66  | 13,18 | 89,17  | Какао с молоком       | 150 |
| 6,50  | 9,46  | 20,02 | 191,13 | Батон нарезной        | 55  |
| 20,14 | 20,85 | 48,80 | 463,26 | ИТОГО:                | 290 |

2-й Завтрак

|      |      |       |        |                               |     |
|------|------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| 4,35 | 3,75 | 6,00  | 75,00  | Кисломолочный продукт (Кефир) | 150 |
| 1,11 | 1,50 | 11,43 | 60,90  | Печенье                       | 15  |
| 5,46 | 5,25 | 17,43 | 135,90 | ИТОГО:                        | 165 |

Обед

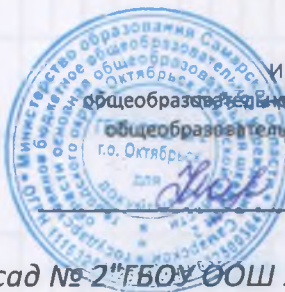
|       |       |        |        |                             |     |
|-------|-------|--------|--------|-----------------------------|-----|
| 0,61  | 2,78  | 3,81   | 42,66  | Винегрет овощной            | 45  |
| 1,26  | 2,06  | 7,28   | 52,35  | Суп картофельный с клецками | 150 |
| 2,09  | 1,73  | 10,21  | 65,00  | Клецки мучные               | 20  |
| 11,96 | 5,28  | 13,81  | 150,64 | Зразы рыбные с яйцом        | 97  |
| 1,52  | 4,07  | 7,00   | 58,40  | Капуста тушеная             | 73  |
| 0,12  | 0,12  | 17,92  | 73,20  | Компот из свежих плодов     | 150 |
| 2,376 | 0,432 | 12,024 | 62,64  | Хлеб ржаной                 | 36  |
| 19,93 | 16,47 | 72,04  | 504,89 | ИТОГО:                      | 571 |

Уплотненный полдник

|       |      |       |        |                         |     |
|-------|------|-------|--------|-------------------------|-----|
| 8,08  | 3,61 | 3,93  | 77,67  | Птица тушеная с овощами | 85  |
| 3,00  | 4,30 | 27,13 | 159,47 | Рис отварной            | 130 |
| 0,10  | 0,02 | 8,50  | 34,17  | Чай с лимоном           | 150 |
| 2,13  | 0,27 | 13,04 | 63,45  | Хлеб пшеничный          | 27  |
| 13,31 | 8,20 | 52,60 | 334,75 | ИТОГО:                  | 392 |

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

Маргвелашвили М.О.

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

на 28 июля 2026 года  
от 3 х до 7-ми лет

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

|                |       |       |         |                       |     |
|----------------|-------|-------|---------|-----------------------|-----|
| <b>Завтрак</b> |       |       |         |                       |     |
| 15,42          | 11,40 | 17,96 | 235,79  | Запеканка из творога  | 85  |
| 0,60           | 1,36  | 3,98  | 30,40   | Соус молочный-сладкий | 30  |
| 3,67           | 3,19  | 15,82 | 107,00  | Какао с молоком       | 180 |
| 7,69           | 11,18 | 23,66 | 225,88  | Батон нарезной        | 65  |
| 27,38          | 27,13 | 61,42 | 599,065 | ИТОГО:                | 360 |

|                    |       |       |        |                               |     |
|--------------------|-------|-------|--------|-------------------------------|-----|
| <b>2-й Завтрак</b> |       |       |        |                               |     |
| 4,50               | 3,88  | 6,20  | 77,50  | Кисломолочный продукт (Кефир) | 155 |
| 1,85               | 2,50  | 19,05 | 101,50 | Печенье                       | 25  |
| 6,35               | 6,375 | 25,25 | 179,00 | ИТОГО:                        | 180 |

|             |       |       |        |                             |     |
|-------------|-------|-------|--------|-----------------------------|-----|
| <b>Обед</b> |       |       |        |                             |     |
| 0,612       | 2,781 | 3,807 | 42,66  | Винегрет овощной            | 45  |
| 1,51        | 2,47  | 8,74  | 62,82  | Суп картофельный с клецками | 180 |
| 2,608       | 2,16  | 12,76 | 81,25  | Клецки мучные               | 25  |
| 13,56       | 5,99  | 15,66 | 170,82 | Зразы рыбные с яйцом        | 110 |
| 2,30        | 6,14  | 10,55 | 88     | Капуста тушеная             | 110 |
| 0,14        | 0,14  | 21,5  | 87,84  | Компот из сушеных фруктов   | 180 |
| 3,3         | 0,6   | 16,7  | 87     | Хлеб ржаной                 | 50  |
| 24,03       | 20,28 | 89,71 | 620,39 | ИТОГО:                      | 700 |

|                            |      |       |        |                         |     |
|----------------------------|------|-------|--------|-------------------------|-----|
| <b>Уплотненный полдник</b> |      |       |        |                         |     |
| 11,40                      | 5,10 | 5,55  | 109,65 | Птица тушеная с овощами | 120 |
| 3,00                       | 4,30 | 27,13 | 159,47 | Рис отварной            | 130 |
| 0,12                       | 0,02 | 10,20 | 41,00  | Чай с лимоном           | 180 |
| 3,95                       | 0,50 | 24,15 | 117,50 | Хлеб пшеничный          | 50  |
| 18,47                      | 9,92 | 67,03 | 427,62 | ИТОГО:                  | 480 |

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

Землякова О.Г.