

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

Маргвелашвили М.О.

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

на 30 июля 2026 года
от 1 года до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

8,82	0,15	9,33	108,60	Вареники ленивые отварные	60
0,15	3,06	0,66	9,31	Соус сметанный натуральный	5
3,06	3,95	15,82	89,17	Какао с молоком	150
3,95	3,95	23,99	137,55	Батон нарезной	45
15,97	11,11	49,80	344,63	ИТОГО:	260

2-й Завтрак

3,712	3,20	5,12	64,0	Кисломолочный продукт (кефир)	128
1,11	1,50	11,43	60,9	Печенье	15
4,822	4,7	16,55	124,9	ИТОГО:	143

Обед

0,6	1,53	2,97	27,87	Салат из картофеля с солёными огурцами	30
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
6,23	5,80	2,47	87,51	Печень говяжья по строгановски	37
6,54	4,63	29,42	185,60	Каша рассыпчатая гречневая	123
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
2,508	0,456	12,692	66,12	Хлеб ржаной	38
24,60	18,18	81,97	592,58	ИТОГО:	578

Уплотненный полдник

10,64	3,76	7,67	107,00	Котлеты рыбные запеченные	80
2,40	4,26	11,02	92,00	Капуста тушеная	115
0,08	0,02	7,00	28,28	Чай с сахаром	150
1,58	0,20	9,66	47,00	Хлеб пшеничный	20
0,28	0,28	6,86	30,80	Фрукты свежие (яблоко)	70
14,97	8,52	42,21	305,08	ИТОГО:	435

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

Землякова О.Г.

УТВЕРЖДАЮ
И.О. Директора государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения Самарской области основная
общеобразовательная школа № 2 городского округа Октябрьск
Самарской области
Мартвелашивили М.О.

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

на 30 июля 2026 года
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

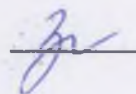
Завтрак					
14,69	0,30	9,33	181,00	Вареники ленивые отварные	100
0,30	3,67	0,66	18,61	Соус сметанный натуральный	10
3,67	4,39	15,82	107,00	Какао с молоком	180
4,39	4,39	23,99	152,84	Батон нарезной	50
23,05	12,75	49,80	459,45	ИТОГО:	340

2-й Завтрак					
3,77	3,25	5,20	65,0	Кисломолочный продукт (кефир)	130
1,48	2,00	15,24	81,2	Печенье	20
5,25	5,25	20,44	146,2	ИТОГО:	150

Обед					
1	2,55	4,95	46,45	Салат из картофеля с солёными огурцами	50
5,31	4,14	12,35	108	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
3,58	2,02	0,16	34,12	Фрикадельки мясные	20
8,42	7,83	3,33	118,25	Печень говяжья по строгановски	50
10,64	7,53	47,84	301,79	Каша рассыпчатая гречневая	200
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
2,97	0,54	15,03	78,3	Хлеб ржаной	45
32,35	24,64	111,43	799,91	ИТОГО:	745

Уплотненный полдник					
13,03	4,61	9,40	131,08	Биточки рыбные запеченные	98
3,23	5,74	14,86	124,00	Капуста тушеная	155
0,10	0,02	8,40	33,94	Чай с сахаром	180
3,07	0,39	18,84	91,65	Хлеб пшеничный	39
0,28	0,28	6,86	30,80	Плоды свежие (яблоко)	70
19,71	11,04	58,35	411,46	ИТОГО:	542

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



Землякова О.Г.