



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 13 августа 2026 года

Дети от 3-х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
5,39	6,38	32,02	207	Каша вязкая овсяная (геркулес)	210
2,85	2,41	14,36	91	Кафельный напиток с молоком	180
2,45	7,55	14,62	136	Бутерброд с сыром	46
10,69	16,34	61	434	ИТОГО:	390

2-й Завтрак					
0,9	0	18,18	76	Сок яблочный	143
4	3	10,3	46	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)	80
4,9	3	28,48	122	ИТОГО:	223

Обед					
0,85	3,65	5,02	56,34	Салат из свеклы	35
1,39	3,91	6,79	67,8	Рассольник ленинградский на к/б	200
3,65	5,37	36,68	209,7	Рис отварной	150
20,63	16,3	5,24	250	Гуляш из отварного мяса	160
0,12	0,02	10,2	41	Чай с лимоном	180
3,3	0,6	16,7	87	Хлеб ржаной	31
29,94	29,85	80,63	711,84	ИТОГО:	756

Уплотненный полдник					
13,5	12,5	5,3	189,2	Печень говяжья по строгоновски	130
3,06	4,8	20,44	137	Картофельное пюре	170
3,16	0,4	19,32	94	Хлеб пшеничный	29
5,22	4,5	7,2	92	Ряженка	120
24,94	22,2	52,26	512,2	ИТОГО:	449

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

-Емелина М.В.