



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 8 октября 2026 года
от 1 года до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
11,75	0,30	9,33	144,80	Вареники ленивые отварные	80
0,30	3,06	0,66	18,61	Соус сметанный натуральный	10
3,06	2,63	15,82	89,17	Какао с молоком	150
2,63	2,63	23,99	91,70	Батон нарезной	30
17,74	8,62	49,80	344,28	ИТОГО:	270

2-й Завтрак					
3,625	3,13	5,00	62,5	Кисломолочный продукт (кефир)	125
0,74	1,00	7,62	40,6	Печенье	10
4,365	4,125	12,62	103,1	ИТОГО:	135

Обед					
0,7	1,785	3,465	32,515	Салат из картофеля с солёными огурцами	35
4,78	3,73	11,12	97,2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180
3,22	1,82	0,14	30,71	Фрикадельки мясные	18
12,63	11,75	5,00	177,38	Печень говяжья по строгановски	75
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
2,31	0,42	11,69	60,9	Хлеб ржаной	35
30,92	24,42	85,65	689,03	ИТОГО:	623

Уплотненный полдник					
7,98	2,82	5,75	80,25	Котлеты рыбные запеченные	60
3,55	6,30	16,30	136,00	Капуста тушеная	170
0,08	0,02	7,00	28,28	Чай с сахаром	150
2,36	0,30	14,49	70,50	Хлеб пшеничный	30
0,44	0,44	10,88	48,84	Фрукты свежие (яблоко)	111
14,41	9,88	54,42	363,87	ИТОГО:	521

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
Маргвелашвили М.О.

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

на 8 октября 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	3,07	15,82	107,00	Какао с молоком	180
3,07	3,07	23,99	106,99	Батон нарезной	35
21,73	10,11	49,80	413,60	ИТОГО:	325

2-й Завтрак					
3,57	3,08	4,92	61,5	Кисломолочный продукт (кефир)	123
2,22	3,00	22,86	121,8	Печенье	30
5,79	6,075	27,78	183,3	ИТОГО:	153

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
13,47	12,53	5,33	189,20	Печень говяжья по строгановски	80
9,04	6,40	40,66	256,52	Каша рассыпчатая гречневая	170
0,44	0,02	27,77	113	Компот из сушеных фруктов	180
2,376	0,432	12,024	62,64	Хлеб ржаной	36
35,21	28,10	103,25	809,93	ИТОГО:	736

Уплотненный полдник					
10,64	3,76	7,67	107,00	Биточки рыбные запеченные	80
3,55	6,30	16,30	136,00	Капуста тушеная	170
0,10	0,02	8,40	33,94	Чай с сахаром	180
2,44	0,31	14,97	72,85	Хлеб пшеничный	31
0,44	0,44	10,88	48,84	Флоды свежие (яблоко)	111
17,17	10,84	58,22	398,63	ИТОГО:	572

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

Землякова О.Г.