



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 14 октября 2026 года
от 1-го до 3-х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

1,95	2,69	14,82	90,13	Каша жидкая молочная манная	130
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
2,14	6,61	12,79	119,00	Бутерброд с маслом	35
6,47	11,30	39,58	284,97	ИТОГО:	315

2-й Завтрак

0,95	0,00	19,19	80,18	Сок яблочный осветленный	190
0,74	1,00	7,62	40,60	Печенье	10
1,69	1,00	26,81	120,78	ИТОГО:	200

Обед

0,46	0,82	1,00	13,37	Салат из зелёного горошка	16
4,62	3,73	11,12	97,20	Суп картофельный с	180
3,18	2,02	0,16	34,12	мясными фрикадельками	20
13,28	5,37	2,21	110,63	Котлета Сочная	52
3,03	7,40	15,91	142,44	Рагу овощное (3-й вариант)	145
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
2,64	0,48	17,39	69,60	Хлеб пшеничный	40
27,57	19,84	70,92	561,52	ИТОГО:	603

Уплотненный полдник

5,08	4,60	0,28	63,00	Яйцо вареное	40
3,63	3,13	5,00	62,50	Кисломолочный продукт (Кефир)	125
7,08	12,31	13,42	215,85	Ватрушка с творогом	90
0,32	0,32	7,84	35,20	Фрукты свежие (яблоко)	80
16,11	20,35	26,54	376,55	ИТОГО:	335

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 14 октября 2026 года
от 3 х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

2,25	3,10	17,10	104,00	Каша жидкая молочная манная	150
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
3,00	9,23	17,87	166,22	Бутерброд с маслом	40
8,10	14,74	49,33	361,22	ИТОГО:	370

2-й Завтрак

0,96	0,00	19,29	80,60	Сок яблочный осветленный	191
1,85	2,50	19,05	101,50	Печенье	25
2,81	2,50	38,34	182,10	ИТОГО:	216

Обед

0,49	0,87	1,06	14,20	Салат из зеленого горошка	17
5,13	4,14	12,35	108,00	Суп картофельный с	200
3,98	2,53	0,20	42,65	мясными фрикадельками	25
13,28	5,37	2,21	110,63	Котлета Сочная	52
3,76	9,19	19,75	176,82	Рагу овощное (3-й вариант)	180
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
2,71	0,49	17,39	71,34	Хлеб пшеничный	41
29,78	22,61	80,73	636,64	ИТОГО:	695

Уплотненный полдник

5,08	4,60	0,28	63,00	Яйцо вареное	40
3,71	3,20	5,12	64,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	128
7,87	13,68	14,91	239,83	Ватрушка с творогом	100
0,32	0,32	7,84	35,20	Фрукты свежие (яблоко)	80
16,98	21,80	28,15	402,03	ИТОГО:	348

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

Землякова О.Г.