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"ГБОУ ООШ 2 г.о.Октябрьск

на 21 октября 2026 года

Дети от 3-х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
7,52	13,46	1,51	157	Омлет натуральный	60
2,85	2,41	14,36	91	Молоко кипяченое	170
2,49	3,93	27,56	156	Бутерброд с повидлом	50
12,86	19,8	43,43	404	ИТОГО:	280
2-й Завтрак					
0,9	0	18,18	76	Сок яблочный	200
0,4	0,3	10,3	46,0	Плоды и ягоды свежие (Яблоко)	107
1,3	0,3	28,48	122	ИТОГО:	307
Обед					
0,35	2,04	1,05	23,92	Салат из соленых огурцов с луком	90
38,18	20,2	1,58	341	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
7,68	5,58	3,34	94,24	Голубцы ленивые п/ф	62
8,6	6,9	38,64	244	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,14	0,14	21,5	87,8	Компот из свежих фруктов	180
3,3	0,6	16,7	87	Хлеб ржаной	47
58,25	35,46	82,81	877,96	ИТОГО:	729
Уплотненный полдник					
4	5,7	13,1	205	Ватрушка с творогом	90
3,36	7,69	17,99	154,2	Рагу овощное 3 вариант	180
5,22	4,5	7,56	90	Кефир	128
3,16	0,4	19,32	94	Хлеб пшеничный	40
15,74	18,29	57,97	543,2	ИТОГО:	438

Бухгалтер СП "Детский сад"ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск: _____ Емелина М.В.