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

Гобузова Т.И.

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

на 30 октября 2025 года

от 1 года до 3 х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
13,64	6,69	13,33	168,00	Вареники ленивые отварные	90
0,27	1,49	0,59	16,75	Соус сметанный натуральный	9
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
3,50	1,74	23,99	122,70	Батон нарезной	40
19,79	11,92	49,88	383,28	ИТОГО:	289
2-й Завтрак					
3,92	3,38	5,40	67,50	Кисломолочный продукт (кефир)	135
0,74	1,00	7,62	40,60	Печенье	10
4,66	4,38	13,02	108,10	ИТОГО:	145
Обед					
0,30	1,79	0,92	20,93	Салат из солёных огурцов с луком	35
1,04	2,93	5,09	50,85	Щи из свежей капусты с картофелем	150
9,07	7,20	14,25	157,72	Жаркое по домашнему	120
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
3,30	0,52	14,35	87,00	Хлеб ржаной	50
14,08	12,45	57,76	410,67	ИТОГО:	505
Уплотненный полдник					
4,93	7,33	25,33	189,60	Каша "Дружба"	200
14,11	12,85	38,74	339,83	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	80
4,89	4,35	8,09	90,67	Молоко кипячёное	160
0,44	0,44	10,88	48,84	Плоды свежие (яблоко)	111
24,37	24,98	83,03	668,94	ИТОГО:	551

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

Гобузова Т.И.

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

на 30 октября 2025 года

от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Завтрак					
15,15	7,44	14,81	186,67	Вареники ленивые отварные	100
0,51	2,81	1,12	31,64	Соус сметанный натуральный	17
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
3,07	1,52	20,99	107,36	Батон нарезной	35
21,58	14,17	51,28	416,66	ИТОГО:	332
2-й Завтрак					
3,25	2,80	4,48	56,00	Кисломолочный продукт (кефир)	112
1,11	1,50	11,43	60,90	Печенье	15
4,36	4,30	15,91	116,90	ИТОГО:	127
Обед					
0,35	2,04	1,05	23,92	Салат из солёных огурцов с луком	40
1,39	3,91	6,79	67,80	Щи из свежей капусты с картофелем	200
12,10	9,60	19,00	210,30	Жаркое по домашнему	160
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
2,31	0,52	14,35	60,90	Хлеб ржаной	35
16,58	16,09	68,96	475,92	ИТОГО:	615
Уплотненный полдник					
6,17	9,17	31,67	237,00	Каша "Дружба"	250
14,11	12,85	38,74	339,83	Пирожок печеный из дрожжевого теста моковный с яйцом	80
2,14	1,90	3,54	39,67	Молоко кипячёное	70
0,46	0,46	11,27	50,60	Плоды свежие (яблоко)	115
22,88	24,38	85,21	667,10	ИТОГО:	515

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