

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ГБОУ ООШ №5 г.о. Октябрьск  
 Н.В. Кирюхина

"16" сентября 2025 год

СП "Детский сад № 6" ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск  
 Сад

День 16.09.2025

| Прием пищи     | Раздел       | №рец | Блюдо                   | Выход  | Цена          | Каллорийность | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------|--------------|------|-------------------------|--------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>Завтрак</b> | гор.блюдо    | 64   | Каша пшеничная молочная | 200    | 12,31         | 277,98        | 8,73         | 13           | 31,25         |
|                | гор.напиток  | 253  | Какао на молоке         | 180    | 7,71          | 58            | 1,5          | 1,5          | 12,5          |
|                | бутерброд    | 1    | Бутерброд с маслом      | 40,8   | 9             | 103           | 3,19         | 0,49         | 20,43         |
| <b>Обед</b>    | гор.блюдо    | 42   | Суп крестьянский на к/б | 200    | 14,16         | 137,5         | 4,68         | 6,68         | 16,03         |
|                | второе блюдо | 200  | Капуста тушеная         | 150    | 9,11          | 122,8         | 3,6          | 5,48         | 10,82         |
|                | второе блюдо | 161  | Котлета "Особая"        | 70     | 33,47         | 139,13        | 9,84         | 8,02         | 7,16          |
|                | салаты       | 10   | Икра кабачковая         | 60     | 7,58          | 60            | 0,16         | 1,16         | 15,89         |
|                | напитки      | 241  | Компот из сухофруктов   | 180    | 2,81          | 99            | 0,51         | 0            | 24,23         |
|                | хлеб         | 1    | Хлеб ржаной             | 50     | 4,17          | 67            | 1,57         | 5,08         | 3,9           |
| <b>Полдник</b> | выпечка      | 128  | Печенье                 | 25/50  | 3,35          | 386,5         | 12,5         | 15,5         | 39,2          |
|                | напитки      | 263  | Сок                     | 50/180 | 7,17          | 116,19        | 1,36         | 0            | 29,02         |
| <b>Ужин</b>    | второе блюдо | 116  | Печень по-строгановски  | 80     | 31,19         | 405,2         | 26,3         | 18,8         | 41,4          |
|                | гарнир       | 60   | Рис отварной            | 150    | 5,8           | 226,2         | 4,05         | 6,59         | 30,5          |
|                | гор.напиток  | 263  | Чай сладкий             | 180    | 1,22          | 43            | 0            | 0            | 11,98         |
|                | салаты       | 22   | Салат из свеклы         | 60     | 2,8           | 65            | 0,83         | 4,54         | 4,55          |
|                | хлеб         | 1    | Хлеб пшеничный          | 60     | 5,88          | 103           | 3,19         | 0,49         | 20,43         |
| <b>ИТОГО</b>   |              |      |                         |        | <b>157,73</b> | <b>2409,5</b> | <b>82,01</b> | <b>87,33</b> | <b>319,29</b> |