

# СОГЛАСОВАНО

Руководитель СПДС «Солнышко»  
ГБОУ ООШ с. Большая Рязань  
Щечкина О.И.

## Меню на 02.06.2022

с 1 до 3 лет	День 4						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная	150	4	4,8	20,1	140	59
	Кофейный напиток	150	2,2	2	10,6	70	13
	Бутерброд с маслом и сыром	30/4/10	3,61	5,4	9,75	106	62
<b>Итог за завтрак</b>			<b>9,81</b>	<b>12,2</b>	<b>40,45</b>	<b>316</b>	
<b>Второй завтрак</b>	Кисломолочная продукция	140	4,35	4,8	6	88,5	63
<b>Итог за второй завтрак</b>			<b>4,35</b>	<b>4,8</b>	<b>6</b>	<b>88,5</b>	
<b>Обед</b>	Суп с вермишелью	150	1,62	1,71	11,3	66,75	88
	Картофельная запеканка с мясом	150	17,4	17,6	14,2	285	21
	Соус сметанный	20	0,3	3,37	4,08	30	226
	Компот из свежих фруктов	150	0,14	0,07	31,44	60,24	33
	Хлеб ржаной	20	1,5	0,3	8	50	5
	Хлеб пшеничный	20	1,9	1	9	53	7
<b>Итог за обед</b>			<b>22,86</b>	<b>24,05</b>	<b>78,02</b>	<b>544,99</b>	
<b>Уплотненный полдник с элементами ужина</b>	Рулет рисовый с рыбой	150	12,99	6,81	28,04	229,16	4
	Салат из солёных огурцов	40	0,32	3,01	1,46	33,1	35
	Кисель	150	0	0	24	116	20
	Хлеб пшеничный	30	4,5	1	11	76	7
<b>Итог за ужин</b>			<b>4,82</b>	<b>4,01</b>	<b>36,46</b>	<b>225,1</b>	
<b>Итог за день</b>			<b>41,84</b>	<b>45,06</b>	<b>160,93</b>	<b>1174,59</b>	

## Меню на 02.06.2022

с 3 до 7 лет		День 4					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,2	7,5	30,9	215,4	59
	Кофейный напиток	200	2,808	2,394	12,762	84	66
	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/14	5,06	7	14,62	145	62
<b>Итог за завтрак</b>			<b>14,068</b>	<b>16,894</b>	<b>58,282</b>	<b>444,4</b>	
Второй завтрак	Кисломолочная продукция	150	4,35	4,8	6	88,5	63
<b>Итог за второй завтрак</b>			<b>4,35</b>	<b>4,8</b>	<b>6</b>	<b>88,5</b>	
Обед	Суп с вермишелью	250	1,94	2,05	13,55	80,1	88
	Картофельная запеканка с мясом	200	23,3	23,5	18,9	380	21
	Соус сметанный	30	0,45	5,06	1,62	45	226
	Компот из свежих фруктов	200	0,21	0,1	41,68	73,08	33
	Хлеб ржаной	25	2	0,7	10	61	5
	Хлеб пшеничный	25	2,3	1	11,3	64,5	7
<b>Итог за обед</b>			<b>30,2</b>	<b>32,41</b>	<b>97,05</b>	<b>703,68</b>	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Рулет рисовый с рыбой	200	17,88	9,05	39,69	316,94	4
	Салат из солёных огурцов	60	0,5	4,02	2,23	45,3	35
	Кисель	200	0	0	24	116	20
	Хлеб пшеничный	50	6,7	1,5	15	108	7
<b>Итог за ужин</b>			<b>25,08</b>	<b>14,57</b>	<b>80,92</b>	<b>586,24</b>	
<b>Итог за день</b>			<b>73,698</b>	<b>68,674</b>	<b>242,252</b>	<b>1822,82</b>	