

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор  
ГБОУ ООШ  
с. Большая Рязань  
Н.Г. Инюткина

**СОГЛАСОВАНО**

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

**Меню на 11.11.2025.**

| с 1 до 3 лет                           |                                                    | День 2    |                  |       |          |                         |             |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| Прием пищи                             | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|                                        |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                                | Омлет натуральный                                  | 80        | 6,9              | 10,7  | 1,8      | 130,5                   | 56          |
|                                        | Какао с молоком                                    | 150       | 2,7              | 2,5   | 18,7     | 108                     | 69          |
|                                        | Бутерброд с маслом и сыром                         | 30/4/10   | 3,61             | 5,4   | 9,75     | 106                     | 62          |
| Итог за завтрак                        |                                                    |           | 13,21            | 6,78  | 48,38    | 280                     |             |
| Второй завтрак                         | Йогурт Фрутитс                                     | 115       | 4,35             | 4,8   | 6        | 88,5                    | 63          |
| Итог за второй завтрак                 |                                                    |           | 4,35             | 4,8   | 6        | 88,5                    |             |
| Обед                                   | Салат из квашеной капусты с луком                  | 45        | 0,5              | 1,7   | 2,5      | 26,7                    | 84          |
|                                        | Суп гороховый                                      | 150       | 1,38             | 2,55  | 9,07     | 64,8                    | 96          |
|                                        | Суфле из печени                                    | 70        | 13,7             | 7,5   | 1,4      | 128,5                   | 171         |
|                                        | Макароны отварные                                  | 120       | 4,1              | 0,5   | 21,3     | 106,3                   | 14          |
|                                        | Компот из свежемороженой фруктовой (ягодной) смеси | 150       | 0,02             | 0,04  | 13,46    | 52,48                   | 247         |
|                                        | Хлеб ржаной                                        | 20        | 1,5              | 0,3   | 8        | 50                      | 5           |
|                                        | Хлеб пшеничный                                     | 20        | 1,9              | 1     | 9        | 53                      | 7           |
| Итог за обед                           |                                                    |           | 23,58            | 14,96 | 66,89    | 503,48                  |             |
| Уплотненный полдник с элементами ужина | Картофель аппетитный                               | 150       | 2,3              | 4,8   | 12       | 101,2                   | 206         |
|                                        | Соленый огурец                                     | 35        | 0,54             | 2,12  | 3,47     | 35,1                    | 12          |
|                                        | Напиток из шиповника                               | 150       | 0,18             | 0,08  | 13,75    | 75                      | 256         |
|                                        | Хлеб пшеничный                                     | 30        | 4,5              | 1     | 11       | 76                      | 7           |
| Итог за ужин                           |                                                    |           | 7,52             | 8     | 40,22    | 287,3                   |             |
| Итог за день                           |                                                    |           | 48,66            | 34,54 | 161,49   | 1159,28                 |             |

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор  
ГБОУ ООШ  
с. Большая Рязань  
Н.Г. Инюткина

**СОГЛАСОВАНО**

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

**Меню на 11.11.2025.**

| с 3 до 7 лет                           |                                                    | День 2       |                  |              |               |                            |                     |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|---------------------|
| Прием пищи                             | Наименование блюда                                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецеп-<br>туры |
|                                        |                                                    |              | Белки            | Жиры         | Углево-<br>ды |                            |                     |
| Завтрак                                | Омлет натуральный                                  | 100          | 8,6              | 13,4         | 2,3           | 163,1                      | 56                  |
|                                        | Какао с молоком                                    | 180          | 3,2              | 3            | 22,5          | 129,6                      | 69                  |
|                                        | Бутерброд с маслом и сыром                         | 30/5/14      | 5,06             | 7            | 14,62         | 145                        | 62                  |
| Итог за завтрак                        |                                                    |              | <b>16,86</b>     | <b>23,4</b>  | <b>39,42</b>  | <b>437,7</b>               |                     |
| Второй завтрак                         | Йогурт Фрутитс                                     | 150          | 4,35             | 4,8          | 6             | 88,5                       | 63                  |
| Итог за второй завтрак                 |                                                    |              | <b>4,35</b>      | <b>4,8</b>   | <b>6</b>      | <b>88,5</b>                |                     |
| Обед                                   | Салат из квашеной капусты с луком                  | 60           | 0,8              | 2,8          | 4,2           | 44,5                       | 84                  |
|                                        | Суп гороховый                                      | 200          | 1,66             | 3,06         | 10,89         | 77,76                      | 96                  |
|                                        | Суфле из печени                                    | 80           | 15,5             | 9,8          | 1,8           | 158,1                      | 171                 |
|                                        | Макароны отварные                                  | 150          | 4,9              | 0,6          | 25,2          | 125,6                      | 14                  |
|                                        | Компот из свежемороженой фруктовой (ягодной) смеси | 200          | 0,025            | 0,05         | 15,83         | 61,86                      | 247                 |
|                                        | Хлеб ржаной                                        | 25           | 2                | 0,7          | 10            | 61                         | 5                   |
|                                        | Хлеб пшеничный                                     | 25           | 2,3              | 1            | 11,3          | 64,5                       | 7                   |
| Итог за обед                           |                                                    |              | <b>27,875</b>    | <b>19,96</b> | <b>82,31</b>  | <b>624,32</b>              |                     |
| Уплотненный полдник с элементами ужина | Картофель аппетитный                               | 200          | 2,7              | 5,7          | 14,2          | 119,6                      | 206                 |
|                                        | Соленый огурец                                     | 40           | 7,41             | 9,56         | 0,78          | 130,28                     | 12                  |
|                                        | Напиток из шиповника                               | 200          | 0,24             | 0,1          | 18,33         | 100                        | 256                 |
|                                        | Хлеб пшеничный                                     | 50           | 6,7              | 1,5          | 15            | 108                        | 7                   |
| Итог за ужин                           |                                                    |              | <b>17,05</b>     | <b>16,86</b> | <b>48,31</b>  | <b>457,88</b>              |                     |
| Итог за день                           |                                                    |              | <b>66,135</b>    | <b>65,02</b> | <b>176,04</b> | <b>1608,4</b>              |                     |