

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 10.03.2026.

с 1 до 3 лет		День 1					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	2,57	8,51	15,16	188,76	58
	Кофейный напиток	150	2,2	2	10,6	70	66
	Бутерброд с маслом	30/4	2,4	6,2	14,62	136	61
Итог за завтрак			7,17	16,71	40,38	394,76	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	63
Итог за второй завтрак			0,75	0,15	15,15	69	
Обед	Суп – уха	150	4,25	2,15	15,95	85,85	67
	Запеканка капустная с говядиной	170	18,4	17,2	7,9	260,2	152
	Соус сметанный	20	0,3	3,37	4,08	30	226
	Компот из сухофруктов	150	0,32	0	15,8	68,44	9
	Хлеб ржаной	20	1,5	0,3	8	50	5
	Хлеб пшеничный	20	1,9	1	9	53	7
Итог за обед			26,67	24,02	60,73	547,49	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Запеканка из круп с молоком сгущенным	100/30	12,8	11,5	31,13	343,27	117
	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	208,5	42
	Чай с сахаром	150	0	0	12	44,88	74
Итог за ужин			16,6	16,4	80,33	596,65	
Итог за день			51,19	57,28	196,59	1607,9	

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 10.03.2026.

с 3 до 7 лет		День 1					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	7,2	9,4	28,8	228,4	58
	Кофейный напиток	200	2,808	2,394	12,762	84	66
	Бутерброд с маслом	30/5	1,4	14,6	8,7	172,4	61
Итог за завтрак			11,408	26,394	50,262	484,8	
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	63
Итог за второй завтрак			1	0,2	20,2	92	
Обед	Суп – уха	250	5,3	6,5	25,3	150,3	41
	Запеканка капустная с говядиной	200	24,5	23	10,5	347	32
	Соус сметанный	30	0,45	5,06	1,62	45	226
	Компот из сухофруктов	200	0,45	0	24,3	99	62
	Хлеб ржаной	25	2	0,7	10	61	5
	Хлеб пшеничный	25	2,3	1	11,3	64,5	7
Итог за обед			35	36,26	83,02	766,8	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Запеканка из круп с молоком сгущенным	140/40	19,6	16,7	43,1	475,3	117
	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	208,5	42
	Чай с сахаром	180	0,1	0	13,5	54	74
Итог за ужин			23,5	21,6	93,8	737,8	
Итог за день			70,908	84,454	247,282	2081,4	