

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 31.03.2026.

| с 1 до 3 лет | День 7 | | | | | | | |
|--|--|--------------------|--------------|------------------|---------------|----------------|-------------------------|-------------|
| | Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 4,39 | 4,36 | 14,99 | 116,25 | 44 | |
| | 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 | | | 10,7 | 12,26 | 43,44 | 330,25 | | |
| | Йогурт Фруттис | 115 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 | 63 | |
| Итог за второй завтрак | | | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 | | |
| Обед | Рассольник ленинградский | 150 | 1,41 | 4,55 | 9,99 | 87,03 | 93 | |
| | Рыба, запеченная в омлете | 130 | 5,19 | 15,41 | 5,88 | 224,25 | 114 | |
| | Салат «Овощной» | 60 | 0,86 | 3,09 | 5,47 | 52,43 | 9 | |
| | 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 | | | 10,88 | 24,39 | 51,8 | 519,19 | | |
| Уплотненный полдник с элементами ужина | Запеканка из творога с молоком сгущенным | 100/30 | 12,8 | 11,5 | 31,13 | 343,27 | 117 | |
| | Кисель | 150 | 1,05 | 0 | 21,75 | 91,5 | 65 | |
| | Кондитерские изделия | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 208,5 | 42 | |
| Итог за ужин | | | 17,65 | 16,4 | 90,08 | 643,27 | | |
| Итог за день | | | 43,58 | 57,85 | 191,32 | 1581,21 | | |

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 31.03.2026.

| с 3 до 7 лет | День 7 | | | | | | | |
|--|--|--------------------|---------------|------------------|---------------|----------------|-------------------------|-------------|
| | Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155 | 44 | |
| | 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 | | | 14,11 | 15,81 | 57,11 | 429,6 | | |
| | Йогурт Фругтис | 115 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 | 63 | |
| Итог за второй завтрак | | | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 | | |
| Обед | Рассольник ленинградский | 180 | 1,76 | 5,98 | 12,09 | 109,74 | 93 | |
| | Рыба, запеченная в омлете | 150 | 7,67 | 16,41 | 12,88 | 254,25 | 114 | |
| | Салат «Овощной» | 60 | 1,2 | 4,12 | 7,63 | 71,48 | 9 | |
| | 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 | | | 14,955 | 28,26 | 69,73 | 622,83 | | |
| Уплотненный полдник с элементами ужина | Запеканка из творога с молоком сгущенным | 140/40 | 19,6 | 16,7 | 43,1 | 475,3 | 117 | |
| | Кисель | 200 | 1,4 | 0 | 29 | 122 | 65 | |
| | Кондитерские изделия | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 208,5 | 42 | |
| Итог за ужин | | | 24,8 | 21,6 | 109,3 | 805,8 | | |
| Итог за день | | | 58,215 | 70,47 | 242,14 | 1946,73 | | |