

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 20.05.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
			День 3				
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	5,26	6,98	21,29	197,35	96
	Напиток лимонный	150	0,11	0,01	18,32	72	282
	Бутерброд с маслом	30/4	2,4	6,2	9,75	78	61
Второй завтрак	Свежие фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	118
Итог за завтрак			0,4	0,4	9,8	356,75	
Обед	Щи со свежей капусты	150	5,09	8,04	12,27	136,86	55
	Гуляш мясной	80	7,36	7,5	2,9	123,6	152
	Каша ячневая рассыпчатая	130	6,33	5,65	31,1	227,93	243
	Салат из свеклы отварной	30	1,3	4,04	5,27	26,7	84
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0	20,25	82,5	62
	Хлеб ржаной	20	1,5	0,3	8	50	5
	Хлеб пшеничный	20	1,9	1	9	53	7
Итог за обед			16,36	20,71	67,83	700,59	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Пудинг творожно-манный со сгущенным молоком	150/20	13,78	18,23	29,39	346,64	128
	Чай с сахаром и молоком	150	1,1	1	13,1	65,3	70
	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	208,5	42
Итог за ужин			19,23	24,03	48,49	667,44	
Итог за день			43	58,33	175,36	1724,78	

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 20.05.2026

с 3 до 7 лет		День 3					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Бел ки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша вязкая пшениная молочная	200	7	10,4	25	237,58	96
	Напиток лимонный	200	0,15	0,013	24,43	96	282
	Бутерброд с маслом	30/5	1,4	14,6	14,62	108	61
Второй завтрак	Свежие фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	118
Итог за завтрак			0,4	0,4	9,8	464	
Обед	Щи со свежей капусты	250	6,85	11,35	18,28	196,16	55
	Гуляш мясной	80	9,83	11,11	4,13	164,8	152
	Каша ячневая рассыпчатая	180	7,6	6,8	37,3	315,60	243
	Салат из свеклы отварной	50	0,8	3,02	4,32	44,5	84
	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			21,19	27,62	88,78	945,56	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Пудинг творожно-манный со сгущенным молоком	160/30	16,78	22,19	35,78	422	128
	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	1,3	17,4	87	70
	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	208,5	42
Итог за ужин			22,63	28,29	59,18	764,5	
Итог за день			52,77	81,323	215,89	2174,06	