

**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 02.07.2026.**

| с 3 до 7 лет                           |                                   | День 4    |                  |       |          |                         |             |
|----------------------------------------|-----------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| Прием пищи                             | Наименование блюда                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|                                        |                                   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                                | Каша вязкая манная молочная       | 200       | 6,2              | 7,5   | 30,9     | 225,66                  | 87          |
|                                        | Кофейный напиток с молоком        | 180       | 2,808            | 2,394 | 12,762   | 92                      | 253         |
|                                        | Бутерброд с маслом и сыром        | 30/5/14   | 5,06             | 7     | 14,62    | 145                     | 3           |
| Итог за второй завтрак                 | Кисломолочная продукция           | 180       | 4,35             | 4,8   | 6        | 90                      | 76          |
| Итог за завтрак                        |                                   |           | 17,91            | 26,5  | 68,22    | 552,66                  |             |
|                                        | Суп с вермишелью                  | 250       | 1,94             | 2,05  | 13,55    | 156,08                  | 156         |
|                                        | Картофельная запеканка с мясом    | 220       | 23,3             | 23,5  | 18,9     | 380                     | 157         |
|                                        | Соус сметанный                    | 30        | 0,45             | 5,06  | 1,62     | 45                      | 226         |
|                                        | Компот из свежих фруктов          | 200       | 0,21             | 0,1   | 41,68    | 73,08                   | 240         |
|                                        | Хлеб ржаной                       | 25        | 2                | 0,7   | 10       | 61                      | 5           |
|                                        | Хлеб пшеничный                    | 25        | 2,3              | 1     | 11,3     | 64,5                    | 7           |
| Итог за обед                           |                                   |           | 30,2             | 32,41 | 97,05    | 844,16                  |             |
| Уплотненный полдник с элементами ужина | Рулет рисовый с рыбой             | 200       | 17,88            | 9,05  | 39,69    | 316,94                  | 4           |
|                                        | Салат из свеклы с соленым огурцом | 60        | 0,5              | 4,02  | 2,23     | 61                      | 10          |
|                                        | Кисель                            | 200       | 0                | 0     | 24       | 116                     | 20          |
|                                        | Хлеб пшеничный                    | 50        | 6,7              | 1,5   | 15       | 108                     | 7           |
| Итог за ужин                           |                                   |           | 25,08            | 14,57 | 80,92    | 601,94                  |             |
| Итог за день                           |                                   |           | 73,19            | 73,48 | 411,41   | 1998,76                 |             |

**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 02.07.2026.**

| с 1 до 3 лет                           | День 5                               |           |                  |       |          |                         |             |
|----------------------------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| 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    | 178,01                  | 44          |
|                                        | Какао с молоком                      | 150       | 2,7              | 2,5   | 18,7     | 118,61                  | 249         |
|                                        | Бутерброд с маслом                   | 30/4      | 2,4              | 6,2   | 14,62    | 136                     | 61          |
| Второй завтрак                         | Сок фруктовый                        | 150       | 0,75             | 0,15  | 15,15    | 69                      | 63          |
| Итог за завтрак                        |                                      |           | 11,12            | 17,23 | 60,13    | 501,62                  |             |
| Обед                                   | Борщ со сметаной                     | 150       | 1,28             | 4,4   | 6,63     | 125,5                   | 25          |
|                                        | Фрикадельки мясные                   | 50        | 6,61             | 6,06  | 6,52     | 108,57                  | 176         |
|                                        | Каша гречневая рассыпчатая           | 100       | 2,12             | 5,65  | 31,1     | 175,33                  | 186         |
|                                        | Свежий огурец                        | 45        | 0,44             | 3,03  | 3,23     | 6,3                     | 70          |
|                                        | 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                           |                                      |           | 14,27            | 18,78 | 83,66    | 601,2                   |             |
| Уплотненный полдник с элементами ужина | Капуста тушеная с мясом птицы        | 150       | 5,09             | 7,09  | 10,98    | 201                     | 336         |
|                                        | Свежие фрукты                        | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47                      | 118         |
|                                        | Чай с лимоном и сахаром              | 150       | 0                | 0     | 12       | 44,88                   | 20          |
|                                        | Хлеб пшеничный                       | 30        | 4,5              | 1     | 11       | 76                      | 7           |
| Итог за ужин                           |                                      |           | 10,07            | 8,49  | 43,18    | 368,88                  |             |
| Итог за день                           |                                      |           | 35,46            | 44,63 | 186,97   | 1471,7                  |             |