

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 13.07.2026.

с 1 до 3 лет	День 1						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	2,57	8,51	15,16	188,76	93
	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2	10,6	76,67	253
	Бутерброд с маслом	30/4	2,4	6,2	14,62	78	61
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	63
Итог за завтрак			7,92	16,86	55,53	412,43	
Обед	Суп – уха	200	4,25	2,15	15,95	112,8	41
	Запеканка капустная с говядиной	150	18,4	17,2	7,9	260,2	32
	Соус сметанный	20	0,3	3,37	4,08	30	226
	Компот из сухофруктов	180	0,32	0	15,8	81	241
	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	574,44	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Запеканка из круп с молоком сгущенным	80/40	12,8	11,5	31,13	343,27	102
	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	1583,52	

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 13.07.2026.

с 3 до 7 лет	День 1						
	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	7,2	9,4	28,8	226,83	93
	Кофейный напиток с молоком	180	2,808	2,394	12,762	92	253
	Бутерброд с маслом	30/5	1,4	14,6	8,7	108	61
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	63
Итог за завтрак			12,408	26,594	70,462	518,83	
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	241
	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	641,3	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Запеканка из круп с молоком сгущенным	100/50	19,6	16,7	43,1	475,3	102
	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	1897,93	