

**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 28.07.2026.**

| с 1 до 3 лет                           | День 2                                             |           |                  |       |          |                         |             |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| Прием пищи                             | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|                                        |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                                | Каша гречневая на молоке                           | 130       | 4,5              | 6,98  | 16,3     | 188,06                  | 86          |
|                                        | Какао с молоком                                    | 150       | 2,7              | 2,5   | 18,7     | 118,61                  | 249         |
|                                        | Бутерброд с маслом и сыром                         | 20/4/9    | 3,61             | 5,4   | 9,75     | 106                     | 3           |
| Второй завтрак                         | Кисломолочная продукция                            | 150       | 4,35             | 4,8   | 6        | 75                      | 76          |
| Итог за завтрак                        |                                                    |           | 17,56            | 21,16 | 54,38    | 487,67                  |             |
| Обед                                   | Суп гороховый                                      | 150       | 7,13             | 6,22  | 17,41    | 152,41                  | 36          |
|                                        | Суфле из печени                                    | 70        | 13,7             | 7,5   | 1,4      | 128,5                   | 171         |
|                                        | Макароны отварные                                  | 110       | 4,1              | 0,5   | 21,3     | 106,3                   | 14          |
|                                        | Салат из огурцов и помидор                         | 40        | 0,39             | 3,03  | 1,55     | 34,82                   | 19          |
|                                        | 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                           |                                                    |           | 28,83            | 16,93 | 72,73    | 577,51                  |             |
| Уплотненный полдник с элементами ужина | Омлет натуральный                                  | 130       | 11,2             | 17,2  | 3,04     | 211,76                  | 311         |
|                                        | Салат картофельный с огурцами солеными             | 45        | 0,86             | 3,09  | 5,47     | 66                      | 43          |
|                                        | Напиток из шиповника                               | 150       | 0,18             | 0,08  | 13,75    | 75                      | 256         |
|                                        | Хлеб пшеничный                                     | 30        | 4,5              | 1     | 11       | 76                      | 7           |
| Итог за ужин                           |                                                    |           | 7,52             | 8     | 40,22    | 428,76                  |             |
| Итог за день                           |                                                    |           | 48,66            | 34,54 | 161,49   | 1493,94                 |             |

**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 28.07.2026.**

| с 3 до 7 лет                           |                                                    | День 2    |                  |       |          |                         |             |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| Прием пищи                             | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|                                        |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                                | Каша гречневая на молоке                           | 200       | 7                | 10,4  | 25       | 224,28                  | 86          |
|                                        | Какао с молоком                                    | 180       | 3,2              | 3     | 22,5     | 155,43                  | 249         |
|                                        | Бутерброд с маслом и сыром                         | 30/5/14   | 5,06             | 7     | 14,62    | 145                     | 3           |
| Второй завтрак                         | Кисломолочная продукция                            | 180       | 4,35             | 4,8   | 6        | 90                      | 76          |
| Итог за завтрак                        |                                                    |           | 21,21            | 28,2  | 45,43    | 614,71                  |             |
| Обед                                   | Суп гороховый                                      | 250       | 1,66             | 3,06  | 10,89    | 216,85                  | 36          |
|                                        | Суфле из печени                                    | 80        | 15,5             | 9,8   | 1,8      | 158,1                   | 171         |
|                                        | Макароны отварные                                  | 130       | 4,9              | 0,6   | 25,2     | 125,6                   | 14          |
|                                        | Салат из огурцов и помидор                         | 60        | 0,57             | 4,03  | 2,46     | 48,12                   | 19          |
|                                        | 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                           |                                                    |           | 27,875           | 19,96 | 82,31    | 736,03                  |             |
| Уплотненный полдник с элементами ужина | Омлет натуральный                                  | 150       | 12,92            | 19,85 | 3,51     | 244,34                  | 311         |
|                                        | Салат картофельный с огурцами солеными             | 60        | 1,2              | 4,12  | 7,63     | 88                      | 43          |
|                                        | Напиток из шиповника                               | 200       | 0,24             | 0,1   | 18,33    | 100                     | 256         |
|                                        | Хлеб пшеничный                                     | 50        | 6,7              | 1,5   | 15       | 108                     | 7           |
| Итог за ужин                           |                                                    |           | 17,05            | 16,86 | 48,31    | 540,34                  |             |
| Итог за день                           |                                                    |           | 66,135           | 65,02 | 176,04   | 1891,08                 |             |