

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 31.07.2026.

с 3 до 7 лет		День 5					
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	207,53	44
	Какао с молоком	180	3,2	3	22,5	155,43	249
	Бутерброд с маслом	30/5	1,4	14,6	8,7	172,4	61
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	1	0,2	20,2	92	63
Итог за завтрак			11,84	27,83	65,38	627,36	
Обед	Борщ со сметаной	250	1,59	5,8	8,06	183,4	25
	Фрикадельки мясные	70	9,26	8,49	9,13	152	176
	Каша гречневая	150	4,5	6,4	21,9	263	186
	Свежий огурец	60	0,59	4,04	4,3	8,4	70
	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			20,79	24,34	87,78	831,3	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Капуста тушеная с мясом птицы	200	5,9	9,12	13,26	269	336
	Свежие фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	118
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,1	0	13,5	54	20
	Хлеб пшеничный	50	6,7	1,5	15	108	7
Итог за ужин			13,1	11,02	53,26	478	
Итог за день			45,73	63,19	206,42	1936,66	

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 31.07.2026.

с 1 до 3 лет		День 6					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная	150	4	4,8	20,1	192,76	173
	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2	10,6	76,67	253
	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			10,45	14,45	63,67	474,43	
Обед	Суп рыбный	150	5,91	2,9	9,09	86,1	95
	Бефстроганов из мяса	160	9,82	11,45	2,91	153,76	148
	Макароны отварные	120	4,1	0,5	21,3	106,3	14
	Салат из квашеной капусты с луком	40	0,51	2,58	2,91	38,07	84
	Компот из сухофруктов	180	0,38	0	20,25	82,5	241
	Хлеб ржаной	20	1,5	0,3	8	50	5
	Хлеб пшеничный	20	1,9	1	9	53	7
Итог за обед			23,97	16,2	71,68	567,86	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Рагу овощное	150	2,23	4,04	10,16	86,67	77
	Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	13,75	75	256
	Хлеб пшеничный	30	4,5	1	11	76	7
	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	208,5	42
Итог за ужин			10,71	10,02	72,11	446,17	
Итог за день			45,13	40,67	207,46	1488,46	