

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 22.09.2026.

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 22.09.2026.

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	