

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 29.09.2026.

с 1 до 3 лет	День 7						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша вязкая пшениная молочная	150	5,26	6,98	21,29	197,35	96
	Какао с молоком	150	2,7	2,5	18,7	118,61	249
	Бутерброд с маслом и сыром	30/4/10	3,61	5,4	9,75	106	62
Второй завтрак	Кисломолочная продукция	150	4,35	4,8	6	75	76
Итог за завтрак			15,05	17,06	49,44	496,96	
Обед	Свекольник со сметаной	150	1,31	2,67	7,21	127,22	34
	Рыба, под омлетом	100	5,19	15,41	5,88	161,34	71
	Салат «Зимний»	55	0,86	3,09	5,47	52,43	9
	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			10,88	24,39	51,8	560,97	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Запеканка из творога с молоком сгущенным	100/30	12,8	11,5	31,13	343,27	117
	Кисель	150	1,05	0	21,75	91,5	65
	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	208,5	42
Итог за ужин			17,65	16,4	90,08	643,27	
Итог за день			43,58	57,85	191,32	1674,2	

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 29.09.2026.

с 3 до 7 лет	День 7						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша вязкая пшенная молочная	200	7	10,4	25	237,58	96
	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	62
Второй завтрак	Кисломолочная продукция	180	4,35	4,8	6	90	76
Итог за завтрак			18,14	20,61	63,11	628,01	
Обед	Свекольник со сметаной	250	1,57	3,2	8,66	184,66	34
	Рыба, под омлетом	150	7,67	16,41	12,88	209,74	71
	Салат «Зимний»	65	1,2	4,12	7,63	71,48	9
	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			14,955	28,26	69,73	653,24	
Уплотненный полдник с элементами ужина	Запеканка из творога с молоком сгущенным	140/40	19,6	16,7	43,1	475,3	117
	Кисель	200	1,4	0	29	122	65
	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	208,5	42
Итог за ужин			24,8	21,6	109,3	805,8	
Итог за день			58,215	70,47	242,14	2087,05	

