



Утверждаю:
 Директор МБОУ «ООШ с. Сиреники»
 Щуцкая Я.Ю.

Меню на 21 апреля 2026 год

возрастная категория 7-11 лет /11 и старше

Завтрак

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
6/4	Ячневая Молочная каша	200/250	7,22/ 9,28	8,88/ 10,45	28,09/ 33,61	220,27/ 264,66
1/1	Бутерброд с маслом	50/5 50/10	5/11	5/11	21/43	168/337
8/1	Чай с сахаром	200	14			59
13/1	Печенье	20/25	1/1	1/2	14/18	83/104
	Итого за завтрак		28/36	15/24	63/95	531/765

Обед

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
4/17	Салат из соленых огурцов с горошком консервированным	60/100	0,60/ 0,67	2,90/ 3,10	6,66/ 6,68	56/58
2/4	Суп гороховый на курином бульоне	200/250	24,94/ 29,69	11,84/ 13,06	33,08/ 41,37	338,73/ 401,94
6/15	Греча рассыпчатая	150/200	4,5/6	5,1/6,8	21,9/29,2	151,5/202
5/7	Гуляш	80/100	21,18/ 25,18	9,89/ 11,85	6,14	198,77/ 232,37
8/5	Компот из сухофруктов	200	0	0	26	107
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
10/1	Апельсин свежий	150	1,35	0,3	12,15	64,5
	Итого за обед					

Стоимость питания:
 Завтрак-320 рублей
 Обед-450 рублей

Утверждаю:
 Директор МБОУ «ООШ с. Сиреники»
 Щуцкая Я.Ю.

Меню на 21 апреля 2026 год
 возрастная категория 1,6 – 3 года /4 - 7 лет

Завтрак

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
6/4	Ячневая Молочная каша	150/200	6,9/7,29	6,9/39,6	33,4/ 26,83	222,5/ 230,37
1/1	Бутерброд с маслом	40/5	3,13	4,33	20,15	104,24
8/1	Чай с сахаром	150/200	0,93 /0,07	0,16/ 0,02	1,95/ 10,51	33,86/ 42,1
	Итого за завтрак	345/445	11/11	11,39/43,95	55,5/57,09	360,6/376,71

2-ой завтрак

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
13/1	Печенье	20/25	1/1	1/2	14/18	83/104
8/4	Сок яблочный	200	1	0	20	92
	Итого за завтрак	220/225	2/2	1/2	34/38	175/196

Обед

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
4/17	Салат из соленых огурцов с горошком консервированным	50	0,60	2,90	6,66	56/58
2/4	Суп гороховый на курином бульоне	180/200	3,47/3,7	5,74/ 6,12	12,6/ 13,44	109,38/ 116,67
6/15	Греча рассыпчатая	120/160	4,18/4,6	3,85/5,2	60,01/22,6	200,9/156,8
5/7	Гуляш	60	12,85/34,92	10,34/24,56	3,3/39,52	157,49/368,66
8/5	Компот из сухофруктов	200	0	0	26	107
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
10/1	Итого за обед	710/770	24,13/46,92	23,03/38,98	128,67/128,32	725,47/901,83

Полдник

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
17/4	Булочка сахарная	70/90	6,41/7,74	6,25/7,5	39,81/56,88	240,43/336,33
8/1	Чай с сахаром	150/200	0,93/0,07	0,16/0,02	1,95/10,51	33,86/42,1
10/1	Апельсин свежий	150	1,35	0,3	12,15	64,5
	Итого за полдник	370/440	8,69/9,16	6,71/7,82	53,91/79,54	338,79/442,93

Стоимость питания: завтрак-100 руб., второй завтрак-340 руб., обед-500 руб., полдник-74 руб.