



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

Меню на 22 апреля 2026 год

возрастная категория 7-11 лет /11 и старше

**Завтрак**

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
6/3	Манная молочная каша	200/250	7,3/9,37	8,81/10,36	29,39/35,17	225,27/270,60
1/1	Бутерброд с маслом	50/5 100/10	5,49/11	5,88/11,75	21,95/43,91	168,85/337,7
8/1	Чай с сахаром	200	14,97			59,85
13/1	Печенье	20/25	1,5/1,88	1,96/2,45	14,88/18,6	83,4/104,25
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>475/585</b>	<b>29,26/ 37,22</b>	<b>16,65/24,56</b>	<b>66,22/97,68</b>	<b>537,37/772,40</b>

**Обед**

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
4/4	Салат из зеленого горошка, консервированного с луком	60/100	1,88/3,18	5,18/ 5,29	4,29/7,03	77,79/ 99,81
2/2	Борщ баночный	200/ 250	17,36/ 20,28	12,03/ 14,85	19,16/ 24,02	255,94/ 313,07
5/9	Плов	240/300	17,35/ 20,13	7,29/ 8,38	32,07/ 39,87	259,04/ 310,66
8/2	Компот из яблок	200	14,97			59,85
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
	<b>Итого за обед</b>	<b>800/ 950</b>	<b>56,01/ 63,01</b>	<b>25/29,02</b>	<b>87,77/ 103,17</b>	<b>811,82/ 942,59</b>

Стоимость питания:  
 Завтрак-320 рублей  
 Обед-450 рублей



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

Меню на 22 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	Манная молочная каша	150/200	3,4/4,52	3,96/4,07	27,83/35,46	161/197
1/1	Бутерброд с маслом	50/5	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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>355/ 445</b>	<b>7,46/ 7,72</b>	<b>8,45/ 8,42</b>	<b>49,93/ 66,12</b>	<b>298,86/ 343,34</b>

**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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>220/225</b>	<b>2/2</b>	<b>1/2</b>	<b>34/38</b>	<b>175/196</b>

**Обед**

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
4/4	Салат из зеленого горошка, консервированного с луком	60/80	1,55	0,1	3,23	20,02
2/2	Борщ баночный	180/200	2,32/3,39	3,6/4,8	4,06/5,36	80,19/106,92
5/9	Плов	180/240	11,15/20,62	14,43/22,4	17,74/33,7	333,41/410,53
8/5	Компот из яблок	180/200	0,12	0,12	18,1	73,5
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
10/1	<b>Итого за обед</b>	<b>700/820</b>	<b>18,24/28,78</b>	<b>18,35/27,52</b>	<b>60/77,26</b>	<b>581,80/685,65</b>

**Полдник**

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
	Макаронник с кабачковой икрой	140/180	6,58/10,11	5,02/7,71	29,71/45,63	191,66/294,34
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
	<b>Итого за полдник</b>	<b>440/530</b>	<b>8,86/11,53</b>	<b>5,48/8,03</b>	<b>43,81/68,29</b>	<b>290,02/400,94</b>

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