



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

Меню на 24 апреля 2026 год

возрастная категория 7-11 лет /11 и старше

Завтрак

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
6/6	Пшённая молочная каша	200/250	5,42/ 7,12	9,41/ 11,08	15,94/ 19,03	169,27/ 203,46
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	0,24	0,1	11	41
13/1	Печенье	20/25	1,5/ 1,88	1,96 /2,45	14,88/ 18,6	83,4/ 104,25
	Итого за завтрак	475/ 585	13,70/ 21,50	16,75/ 24,66	78,07/ 109,70	518,52/ 753,61

Обед

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
4/7	Салат из кукурузы, консервированной с луком	100	1,81	6,46	14,75	121,44
2/1	Щи	250/300	19,44/ 23,32	14,31/ 17,17	19,7/ 23	287,35/ 344,82
6/1	Рис отварной рассыпчатый	150/200	4,1/4,7	4,1/4,1	47,4/55,3	239,5/ 273,9
5/7	Гуляш	90/120	21,18/ 28,24	9,89/ 13,19	6,14/ 8,18	198,77/ 265,03
8/5	Компот из сухофруктов	200	0,15	0	16,4	111,8
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
17/7	Булка с изюмом	100	8,04	6,47	45,56	272,65
	Итого за обед	990/1120	57,82/ 69,36	41,43/ 47,59	170,05/ 183,29	1326,21/ 1484,34

Стоимость питания:
 Завтрак-320 рублей
 Обед-450 рублей



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

Меню на 24 апреля 2026 год
 возрастная категория 1,6 – 3 года /4 - 7 лет

Завтрак

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
6/6	Пшённая молочная каша	150/200	7,4/9,5	9,5/11,2	28,5/34,1	226,5/ 271,8
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	11,46/ 12,70	13,99/ 15,55	50,60/ 64,76	364,60/ 418,14

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 вишнёвый	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.
4/7	Салат из кукурузы, консервированной с луком	40/60	0,95/1,34	4,45/5,08	3,85/7,48	59,5/82,39
2/1	Щи	180/200	4,77/6,16	4,75/5,28	16,6/18,88	230,39/ 330,39
6/1	Рис отварной рассыпчатый	120/160	2,95/3,93	4,89/6,52	27,04/36,05	163,66/218,21
5/7	Гуляш	60/80	12,85/34,92	10,34/24,56	3,3/39,52	157,49/368,66
8/5	Компот из сухофруктов	200	0	0	26,74	103,2
1	Хлеб	30/40	2,32/3,1	0,15/0,2	15,1/20,1	81,03/94,7
10/1	Итого за обед	630/740	23,84/49,45	24,58/41,64	92,6/148,77	795,27/1197,55

Полдник

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
17/7	Булка с изюмом	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
	Итого за полдник	220/290	7,34/7,81	6,41/7,52	41,76/67,39	274,29/378,43

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