

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



Меню на 07 мая 2026 год

возрастная категория 7-11 лет /11 и старше

Завтрак

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
6/2	Каша гречневая молочная	200/250	7,42/ 9,52	9,36/ 11,02	25,74/ 30,79	216,02/259,56
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	14,64/ 22,64	17,30/ 25,32	73,57/ 104,30	509,27/ 742,51

Обед

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
4/19	Салат из томатов с горошком	100	0,1	10	1	94,2
2/9	Суп с клецками на курином бульоне	200/ 250	14,84/ 19,65	12,5/ 15,77	14,46/ 18,55	230,22/ 295,61
5/3	Картофель тушёный с мясом	240/320	30,36/ 40,42	16,6/ 22,13	50,95/ 67,93	475,28/ 633,7
8/5	Компот из сухофруктов	200	0,15	0	16,4	111,8
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
	Итого за обед	840/970	48,55/ 63,42	39,30/ 48,10	102,81/ 123,98	1006,20/ 1230,01

Стоимость питания:
Завтрак-320 рублей
Обед-450 рублей

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

Меню на 07 мая 2026 год
 возрастная категория 1,6 – 3 года /4 - 7 лет



Завтрак

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
6/2	Каша гречневая молочная	150/200	3,1/7,42	2,6/9,36	13/25,74	39,1/216,02
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
	Итого за завтрак	355/445	7,16/10,62	7,09/13,71	35,10/56,40	177,20/362,36

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.
4/19	Салат из томатов с горошком	60	0,1	5	1	49,3
2/9	Суп с клёцками на курином бульоне	180/200	2,71/3	2,37/2,63	12,07/13,44	80,57/89,55
5/3	Картофель тушёный с мясом	180/240	20,2/30,36	12,96/16,6	33,76/50,95	321,22/475,28
8/5	Компот из сухофруктов	200	0,15	0	16,4	111,8
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
	Итого за обед	720/800	26,26/36,71	20,53/24,43	83,33/101,89	657,59/820,63

Полдник

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
17/3	Блины с вареньем	95/120	4,75//8	8,36/8,9	33,7/39,8	229,48/275
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	245/ 320	5,68/8,07	8,52/8,92	35,65/50,31	263,34/317,10

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