

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



Меню на 15 мая 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	100/10	7	7	52	297
8/1	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	20	82,8
13/1	Печенье	20/25	1,5/1,88	1,96/2,45	14,88/18,6	83,4/104,25
10/1	Груша					
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>475/585</b>	<b>30,77/ 33,22</b>	<b>17,06/ 19,81</b>	<b>96,27/ 105,77</b>	<b>647,67/ 713,85</b>

**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
2/2	Борщ баночный	250/300	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
8/5	Компот из сухофруктов	200	1	0	26	108
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
	<b>Итого за обед</b>	<b>940/ 1050</b>	<b>48,66/ 54,36</b>	<b>32,45/ 36,36</b>	<b>157,64/ 170,30</b>	<b>1111,77/ 1220,52</b>

Стоимость питания:  
 Завтрак-320 рублей  
 Обед-450 рублей

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

Меню на 15 мая 2026 год  
 возрастная категория 1,6 – 3 года /4 - 7 лет



**Завтрак**

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
6/4	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	0,2/0,4	0,1	15/20	61,4/82,8
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>355/ 445</b>	<b>6,73/ 8,05</b>	<b>8,39/ 8,50</b>	<b>62,98/ 75,61</b>	<b>326,64/ 384,04</b>

**2-ой завтрак**

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
	Пюре фруктовое консервированное	100	0	0	15,5	60
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15,5</b>	<b>60</b>

**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
2/2	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 сухофруктов	200	0,15	0	16,4	111,8
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
10/1	<b>Итого за обед</b>	<b>700/800</b>	<b>17,67/ 28,60</b>	<b>22,68/ 32,48</b>	<b>62,15/ 83,04</b>	<b>679,60/ 806,34</b>

**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	0,2/0,4	0,1	15/20	61,4/82,8
	<b>Итого за полдник</b>	<b>220/290</b>	<b>6,61/ 8,14</b>	<b>6,35/ 7,60</b>	<b>54,81/ 76,88</b>	<b>301,83/ 419,13</b>

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