

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

Меню на 19 мая 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	6/ 9,28	9/ 10,45	30/ 33,61	225/ 264,66
1/1	Бутерброд с маслом	100	7	7	52	57
8/1	Чай с сахаром	200	0	0	20	83
10/1	Апельсин	100	1	0	8	38
	Итого за завтрак	600/650	14/ 17,28	16/ 17,45	110/ 113,61	403/ 442,66

Обед

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
4/1	Салат из соленых огурцов с луком	100	1	3	7	58
2/7	Суп вермишелевый на курином бульоне	250/300	18/23	11/16	21/28	256/360
6/15	Греча рассыпчатая	150/200	4,5/6	5,1/6,8	21,9/29,2	151,5/202
5/7	Гуляш	90/100	21,18/ 25,18	9,89/ 11,85	6,14	198,77/ 232,37
8/5	Компот из свежих плодов	200	0	0	18	77
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
	Итого за обед	890/1000	47,48/ 58,28	29,19/ 37,85	94,14/ 108,44	835,97/ 1024,07

Стоимость питания:
 Завтрак-320 рублей
 Обед-450 рублей

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

Меню на 19 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	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.
	Пюре фруктовое консервированное	100	0	0	15,5	60
	Итого за завтрак	100	0	0	15,5	60

Обед

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
4/1	Салат из соленых огурцов с луком	100	1	3	7	58
2/7	Суп вермишелевый на курином бульоне	180/200	4,77/6,16	4,75/5,28	16,6/18,88	230,39/ 330,39
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	60/90	12,85/21,18	10,34/9,89	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
	Итого за обед	760/850	25,90/30,50	22,14/23,57	133,01/134,10	848,48/ 1115,55

Полдник

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
	Маннe биточки со сгущёнкой	140/180	6,23/8,01	6,4/8,26	48,67/65,58	274,82/353,34
8/1	Чай с сахаром	200	0	0	20	83
10/1	Апельсин	100	1	0	8	38
	Итого за полдник	440/480	7,23/9,01	6,48/8,26	76,67/93,58	395,82/474,34

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