

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

Меню на 20 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	100	7	7	52	57
8/1	Чай с сахаром	200	0	0	20	83
13/1	Печенье	25	1,88	1,96	14,88	83,4
	Итого за завтрак	525/575	16,30/ 18,40	18,32/ 19,98	112,62/ 117,67	349,42/ 482,96

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
2/9	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 свежих плодов	200	0	0	18	77
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
	Итого за обед	840/970	49,30/ 64,17	32,30/ 38,10	110,51/ 124,58	935,20/ 1159,01

Стоимость питания:
Завтрак-320 рублей
Обед-450 рублей

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

Меню на 20 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.
	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
2/9	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
8/2	Компот из яблок	200	14,97	0	0	59,85
1	Хлеб	30/40	2,32/3,1	0,15/0,2	15,1/20,1	81,03/94,7
	Итого за обед	690/780	41,20/52,43	18,48/22,43	67,93/91,49	600,67/777,38

Полдник

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
17/11	Оладьи с вареньем	100/130	6,6	6,70	52,04	293
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	100	1	0	8	38
	Итого за полдник	350/430	8,53/7,67	6,86/6,72	61,99/70,55	264,86/373,10

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