



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

Меню на 22 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	7,22/ 9,28	8,88/ 10,45	28,09/ 33,61	220,27/ 264,66
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
	Итого за завтрак	530/585	16,12/ 18,56	17,94/ 20	114,97/ 124,21	683,47/ 748,71

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 сладкая	100	8,04	6,47	45,56	272,65
	Итого за обед	940/ 1050	48,66/ 54,36	32,45/ 36,36	157,64/ 170,30	1111,77/ 1220,52

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	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	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
	Итого за завтрак	355/ 445	10,23/ 10,82	11,33/ 44,03	68,55/ 66,98	388,14/ 417,41

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.
4/7	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	Итого за обед	700/800	17,67/ 28,60	22,68/ 32,48	62,15/ 83,04	679,60/ 806,34

Полдник

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
17/7	Булка сладкая	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
	Итого за полдник	220/290	6,61/ 8,14	6,35/ 7,60	54,81/ 76,88	301,83/ 419,13

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