



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

Меню на 18 июня 2026 год
 летней оздоровительной площадки «Солнышко»
 возрастная категория 7-11 лет /11 и старше

Завтрак

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
6/16	Каша «Дружба» молочная	200/5	10,44	11,11	41,30	307
1/1	Бутерброд с маслом	100/10	7	7	52	297
8/1	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	20	82,8
	Пюре фруктовое консервированное	100	0	0	15,5	60
	Итого за завтрак	615	17,84	18,21	128,80	746,80

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
2/9	Суп с клёцками на курином бульоне	200/ 250	14,84/ 19,65	12,5/ 15,77	14,46/ 18,55	230,22/ 295,61
6/15	Греча рассыпчатая	150/200	4,5/6	5,1/6,8	21,9/29,2	151,5/202
9/1	Рыбные котлеты	90/120	15,99/ 21,32	6/8	8,4/ 11,2	156,62/ 208,83
8/5	Компот из сухофруктов	200	1	0	26	108
1	Хлеб	100	3,1	0,2	20,1	94,7
	Итого за обед	840/970	41,24/ 52,88	30,26/ 37,23	105,61/ 119,80	862,48/ 1030,58

Полдник

№ рецепт.	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Белки	Жиры	углеводы	Энерг. ценн.
6/12	Маннe биточки со сгущённой	200/245	8,01/ 9,65	8,26/ 10,26	62,58/ 77,82	353,34/ 437,82
8/1	Чай с сахаром	200	0	0	20	83
	Итого за полдник	400/445	8,01/9,65	8,26/ 10,26	82,58/97,82	436,34/ 520,82