


УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора МБОУ

«Восходненская школа имени

В.И.Криворотова»

А.Б. Миранович

  
пр. №14-ахД от 27.04.2026г

**МЕНЮ**  
**ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД**  
**НА ЛЕТНЕ - ОСЕННИЙ**  
**ПЕРИОД 2026 ГОДА**

**Возрастная категория: от 1 до 3 лет**







Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>	<b>День 4 Четверг</b>						
<b>Завтрак</b>							
	Суп молочный с крупой (пшено)	150	4.34	4.10	13.92	100.10	94
	Чай с лимоном	150	0.07	0.01	7.10	29.00	393
	Бутерброд с повидлом	50	2.26	3.57	25.05	141.81	2
<b>Итого завтрак</b>			<b>6.67</b>	<b>7.68</b>	<b>46.07</b>	<b>270.91</b>	
<b>II Завтрак</b>	Плоды свежие (апельсин).	100	0.90	0.20	23.07	95.00	399
<b>Итого II Завтрак</b>			<b>0.90</b>	<b>0.20</b>	<b>23.07</b>	<b>95.00</b>	
<b>Обед</b>							
	Суп с рыбными консервами	150	5.15	5.04	8.59	100.35	87
	Пюре картофельное.	110	2.24	3.52	14.98	90.65	321
	Котлета рубленая.	60	6.26	13.30	8.97	206.00	282
	Салат из белокочанной капусты	30	0.42	1.52	2.70	26.22	20
	Сок фруктовый (яблочный)	150	0.75		15.15	64.00	399
	Хлеб ржаной	10	0.66	0.12	3.34	17.40	
<b>Итого обед</b>			<b>15.48</b>	<b>23.50</b>	<b>53.73</b>	<b>504.62</b>	
<b>Полдник</b>							
	Макаронны, запеченные с яйцом.	80	3.98	3.56	11.88	95.48	208
	Хлеб пшеничный	10	0.79	0.10	4.83	23.50	
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	397
<b>Итого полдник</b>			<b>7.92</b>	<b>6.38</b>	<b>29.67</b>	<b>207.98</b>	
<b>Итого за четвертый день</b>			<b>30.97</b>	<b>37.76</b>	<b>152.54</b>	<b>1078.51</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>	<b>День 5 Пятница</b>						
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с крупой (гречневой)	150	4.47	4.10	12.81	101.20	94
	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28.00	392
	Бутерброд с маслом.	25	1.53	4.71	9.13	75.00	1
	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.00	213
<b>Итого завтрак</b>			<b>11.12</b>	<b>13.42</b>	<b>29.21</b>	<b>267.20</b>	
<b>II Завтрак</b>	Плоды свежие (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	86.00	368
<b>Итого II Завтрак</b>			<b>0.40</b>	<b>0.40</b>	<b>9.80</b>	<b>86.00</b>	
<b>Обед</b>	Борщ с капустой и картофелем	150	1.09	2.94	7.64	61.50	57
	Запеканка картофельная с печенью	160	10.18	6.25	27.33	206.00	291
	Соус молочный.	20	0.41	1.54	1.41	16.76	350
	Икра кабачковая	40	0.36	1.88	2.36	27.84	53
	Компот из сушеных фруктов	180	0.39	0.01	24.99	101.70	376
	Хлеб ржаной	40	2.14	0.48	13.36	69.60	
<b>Итого обед</b>			<b>14.57</b>	<b>13.10</b>	<b>77.09</b>	<b>483.40</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка "Творожная"	25	3.27	1.51	12.40	57.20	483
	Йогурт	180	5.22	4.50	25.74	163.80	
<b>Итого полдник</b>			<b>8.49</b>	<b>6.01</b>	<b>38.14</b>	<b>221.00</b>	
<b>Итого за пятый день</b>			<b>34.58</b>	<b>32.93</b>	<b>154.24</b>	<b>1057.60</b>	









Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 10 Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с крупой (хлопья овсяные "Геркулес")	150	4.44	4.44	13.44	101.60	94
	Чай с лимоном	150	0.07	0.01	7.10	29.00	393
	Бутерброд с маслом	25	1.53	4.71	9.13	75.00	1
	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.00	213
<b>Итого завтрак</b>			<b>11.12</b>	<b>13.76</b>	<b>29.95</b>	<b>268.60</b>	
<b>II Завтрак</b>	Плоды свежие (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	86.00	368
<b>Итого II Завтрак</b>			<b>0.40</b>	<b>0.40</b>	<b>9.80</b>	<b>86.00</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1.61	1.70	10.28	62.85	82
	Каша рассыпчатая гречневая.	110	5.30	3.46	28.33	139.75	313
	Тефтеля мясная (1 вариант).	60	6.87	8.83	11.71	171.00	286
	Икра кабачковая.	30	0.27	1.41	1.77	14.88	53
	Напиток из плодов шиповника	150	0.51	0.21	14.23	61.00	398
	Хлеб ржаной	10	0.66	0.12	3.34	17.40	
<b>Итого обед</b>			<b>15.22</b>	<b>15.73</b>	<b>69.66</b>	<b>466.88</b>	
<b>Полдник</b>	Крендель сахарный.	25	1.77	3.28	13.93	57.20	460
	Йогурт	180	5.22	4.50	25.74	163.80	
<b>Итого полдник</b>			<b>6.99</b>	<b>7.78</b>	<b>39.67</b>	<b>221.00</b>	
<b>Итого за десятый день</b>			<b>33.73</b>	<b>37.67</b>	<b>149.08</b>	<b>1042.48</b>	
<b>Итого за период</b>			<b>323</b>	<b>347</b>	<b>1522</b>	<b>10520</b>	
<b>Среднее значение за период</b>			<b>32</b>	<b>35</b>	<b>152</b>	<b>1052</b>	

Прошнуровано,  
пронумеровано и скреплено  
печатью на 12  
листах  
двухдвух  
листах

«28» 04 2026 г.  
Зам. директора МБОУ  
«Восходненская школа  
имени В.И.Криворотова»

  
А.Б.Миранович