

УТВЕРЖДАЮ
Зам.директора МБОУ
«Восходненская школа имени
В.И.Криворотова»
А.Б.Миранович
документов
пр. 3/14-ахД от 27.04.2026г



МЕНЮ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
НА ЛЕТНЕ - ОСЕННИЙ
ПЕРИОД 2026 ГОДА

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	День 4 Четверг						
Завтрак							
	Суп молочный с крупой (пшено)	200	5.79	5.47	18.57	146.80	94
	Чай с лимоном	200	0.10	0.02	11.33	45.55	393
	Бутерброд с повидлом	55	2.49	3.93	27.56	156.00	2
Итого завтрак			8.38	9.42	57.46	348.35	
II Завтрак	Плоды свежие (апельсин).	100	0.90	0.20	23.07	95.00	399
Итого II Завтрак			0.90	0.20	23.07	95.00	
Обед							
	Суп с рыбными консервами	180	6.19	6.05	10.31	120.42	87
	Пюре картофельное	130	2.65	4.16	17.71	118.95	321
	Котлета рубленая.	80	8.33	16.63	11.64	277.00	282
	Салат из белокочанной капусты	50	0.70	2.53	4.50	43.70	20
	Сок фруктовый (яблочный)	180	0.90		18.18	76.00	399
	Хлеб ржаной	15	0.99	0.18	5.01	26.10	
Итого обед			19.76	29.55	67.35	662.17	
Полдник							
	Макароньы, запеченные с яйцом.	115	7.73	4.91	23.03	142.25	208
	Хлеб пшеничный	15	1.18	0.15	7.24	35.25	
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	397
Итого полдник			12.58	8.25	46.09	284.50	
Итого за четвертый день			41.62	47.42	193.97	1390.02	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	День 5 Пятница						
Завтрак	Суп молочный с крупой (гречневой)	180	5.37	4.93	15.37	127.44	94
	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40.00	392
	Бутерброд с маслом	40	2.45	7.55	14.62	136.00	1
	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.00	213
Итого завтрак			12.96	17.10	40.26	366.44	
II Завтрак	Плоды свежие (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	86.00	368
Итого II Завтрак			0.40	0.40	9.80	86.00	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1.45	3.92	10.19	82.00	57
	Запеканка картофельная с печенью	200	12.72	7.81	34.16	257.50	291
	Соус молочный.	50	0.52	2.62	3.54	41.90	350
	Икра кабачковая	60	0.54	2.82	3.55	41.76	53
	Компот из сушеных фруктов	200	0.44	0.02	27.76	113.00	376
	Хлеб ржаной	40	2.14	0.48	13.36	69.60	
Итого обед			17.81	17.67	92.56	605.76	
Полдник	Булочка "Творожная".	50	5.54	3.03	24.79	102.00	483
	Йогурт	200	5.80	5.00	28.60	182.00	
Итого полдник			11.34	8.03	53.39	284.00	
Итого за пятый день			42.51	43.20	196.01	1342.20	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	День 8 Среда						
Завтрак							
	Суп молочный манный	200	5.48	5.04	16.10	131.80	92
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	397
	Бутерброд с маслом	40	2.45	7.55	14.62	136.00	1
Итого завтрак			11.60	15.78	46.54	374.80	
II Завтрак	Плоды свежие (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	86.00	368
Итого II Завтрак			0.40	0.40	9.80	86.00	
Обед							
	Рассольник ленинградский	200	1.68	4.09	13.27	96.60	76
	Жаркое по-домашнему.	230	18.78	7.80	22.94	277.04	276
	Салат из свежих огурцов	60	0.45	3.65	1.42	40.38	13
	Компот из сушеных фруктов	200	0.44	0.02	27.76	113.00	376
	Хлеб ржаной	60	3.96	0.72	20.04	104.40	
Итого обед			25.31	16.28	85.43	631.42	
Полдник							
	Оладьи.	90	6.31	10.62	38.42	229.84	449
	Чай с лимоном	200	0.10	0.02	11.33	45.55	393
Итого полдник			6.41	10.64	49.75	275.39	
Итого за восьмой день			43.72	43.10	191.52	1367.61	

Пронумеровано,
пронумеровано и скреплено
печатью на 12
двух
листах

«01» 01 2006г.

Зам.директора МБОУ

«Восходненская школа
имени В.И.Криворотова»

М.Б. Миранович

