

Утверждаю

и.о. директора школы

А.С. Забецкая

Дата 22.06.2026г. Возрастная категория от 1,6-3,3 лет



№ реп.	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции 1,6-3/3-7	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины	Энергетическая ценность (ккал)
	Завтрак 1						
26	Каша пшенная	150/200	6,31/8,41	5,51/7,35	31,59/42,12	0,85/1,13	211,95/280,9
27	Чай с молоком	150/180	0,13/0,16	-/-	12,41/14,9	-/-	47,39/56,87
3	Хлеб с маслом и сыром	20/10/15/40/10/	3,3/6,6	6,75/13,5	10,01/20,02	-/0,16	114,85/229,70
	Итого за завтрак	340/445	9,6/15,17	12,26/20,85	54,01/77,04	0,85/1,29	294,19/567,47
	Завтрак 2						
4	Сок яблочно-абрикос.	100/100	0,5/0,5	-	13,7/13,7	4,0/4,0	55/55
	Обед						
74	Салат из свежей капусты	40/60	0,51/0,96	4,04/6,06	3,41/4,44	36,50/54,75	38,32/76,2
24	Щи со сметаной	180/200	2,16/2,4	3,31/3,68	11,95/13,28	13,4/14,88	86,04/95,60
54	Курица тушеная с морковью	50/70	11,58/16,3	7,75/10,88	2,28/4,04	1,01/1,41	127,50/178,50
7	Лапша	100/150	3,46/5,2	3,46/5,2	24,17/36,26	-	148/222
18	Кисель с ягодой	150/180	0,41/0,5	0,05/0,07	21,9/26,28	0,61/0,73	87,58/105,1
	Хлеб пшеничный	40/40	3,08/3,08	1,2/1,2	19,92/19,92	-	104,80/104,80
	Хлеб урожайный	40/50	2,64/3,3	0,48/0,6	13,6/17	-	72,40/90,50
	Итого за обед	600/750	23,84/31,74	20,29/27,69	94,80/121,22	51,52/71,77	664,64/872,70
	Полдник						
41	Ватрушка с повидлом	70/80	5,3/6,07	5,7/6,61	37,05/42,35	0,19/0,21	215,77/246,6
20	Чай	150/180	0,13/0,16	0	12,41/14,9	0	47,39/56,87
	Итого за полдник	220/260	5,43/6,23	5,7/6,61	49,46/57,25	0,19/0,21	263,16/303,47
	Итого за день	1260/1555	50,04/43,53	42,85/57,97	200,51/271,55	57,47/79,36	1392,32/1841,1

Стоимость питания за день 1,6-3 лет: 164,10

3-7 лет: 185,30

и.о. директора школы

Утверждаю

А.С. Забецкая

Дата 23.06.2026г. Возрастная категория от 1,6-3,3-7лет

№ ре- цеп- т	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции 1,6-3,3-7лет	Белки	Жиры	Углеводы	Витамин С	Энергетическ. ценн. (ккал)
	Завтрак 1						
29	Каша рисовая	150/200	5,69/7,58	7,96/10,61	29,30/39,06	1,63/2,17	210,68/280,9
10	Чай с лимоном	150/180	0,09/0,11	0,007/0,009	1,35/1,62	1,92/2,30	45,10/54,13
12	Хлеб с маслом и джемом	20/10/40\10/10	3,5/7	13,5/27	6,8/20,78		104,85/254,70
	Итого за завтрак	340/440	9,28/14,69	21,46/37,62	48,51/61,46	4,27/4,47	360,63/589,73
	Завтрак 2						
4	Сок яблочный	100/100	0,5/0,5	-	10,6/10,6	4,0/4	44/44
81	Овощное рагу	100/150	1,86/2,79	5,93/8,89	14,26/21,39	-	114,66/171,99
71	Салат «свеколка»	40/60	0,49/0,74	1,8/3,21	2,56/5,72	7,02/10,54	28,74/54,95
14	Суп гороховый с гречками	180/200	5,9/6,56	2,52/2,8	21,33/23,76	3,8/4,21	134,35/149,28
48	Курица отварная	150/220	15/21	15,12/21,17	0,5/0,7	-	198,75/278,3
3	Компот из сухофруктов	150/180	0,4	0,07	20,88/25,06	0	80,77/96,93
	Хлеб пшеничный	40/40	2,64/3,08	0,48/1,2	13,60/19,92	-	72,40/104,80
	Хлеб ржаной	40/50	3,08/3,3	0,6/1,2	17/19,92	-	90,50/104,80
	Итого за обед	600/750	25,62/32,90	24,12/33,96	93,63/112,14	24,59/34,51	651,35/822,60
	Полдник						
9	Блинчики со с/м	80/20/80/20	8,4/8,4	9,13/9,13	31,23/31,23	-	243,56/243,56
3	Какао	150/180	3,6/4,4	4/4,8	19,5/23,4	1,3/1,56	121,3/145,60
	Итого за полдник	250/280	12/12,8	13,13/13,93	50,73/54,63	1,3/1,56	364,86/389,16
	Итого за день	1280/1660	43,32/61,61	52,65/71,49	195,04/222,12	20,94/24,78	1434,52/1872,64

Стоимость питания на день 3-7 лет 181,50

1,6-3 лет : 159,90

Утверждаю

и.о.директора школы



24.06.2026г.

Возрастная категория от 1,6-3,3-7 лет

Рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции 1,6- 3,3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины	Энергет. ценность (ккал)
	Завтрак 1						
23	Вермшель отварная в молоке	150/200	5,03/6,7	8,25/11	19,5/26	-	174,17/209
20	Чай с сахаром	150/180	0,13/0,16	-	12,4/14,9	-	47,39/56,87
3	Хлеб с маслом	20/10/40/10	1,57/3,15	4,5/9,0	10,01/20,02	-	78,85/157,7
	Итого за завтрак	330/430	6,73/10,01	19,48/20,0	41,91/60,92	-	300,41/423,5
	Завтрак 2						
43	Сок абрикосовый	100/100	0,5/0,5	0	10,6/10,6	8,0/8	55,0/55
	Обед						
77	Салат овощной	40/60	0,37/0,7	-	10,96/16,44	30,6/45,10	41,52/43,63
77	Суп рыбный	180/200	7,26/8,07	3,58/3,98	12,96/14,40	7,29/8,09	113,10/125,70
3	Тефтели т/с	50/70	10,71/12,85	12,17/14,6	7,28/8,74	1,61/2,6	181,52/217,83
5	Капуста тушеная	100/150	3,61/5,69	3,95/5,23	18,46/27,98	61,53/62,29	134,90/173,3
0	Напиток лимонный	150/180	9,17/11,01	-	22,9/27,5	12,4/14,8	68,3/82,0
	Хлеб пшеничный	40/40	3,08/3,08	1,2/1,2	19,92/19	-	104,8/104,8
	Хлеб ржаной	40/50	2,64/3,3	0,48/0,6	13,6/17	-	72,40/90,50
	Итого за обед	600/750	32,75/36,84	24,26/26,97	106,08/126,89	92,90/131,97	702,70/800,11
	Полдник						
1	Омлет с морковью	120/150	5,63/7,1	7,08/8,85	5,28/6,6	2,11/2,63	105,41/131,7
	Хлеб	20/20	1,32/1,32	0,24/0,24	6,8/6,8	-	36,20/36,2
0	Чай	150/180	0,16/0,8		612,41/14,9		47,39/56,87
	печенье	20/20	2,08/2,08	1,04/1,04	15,3/15,3	-	91,6/91,60
	Итого за полдник	310/370	9,16/10,66	8,36/10,13	39,85/43,66	2,11/2,63	280,60/316,45
	Итого за день	1340/1640	53,90/54,42	45,37/57,10	201,54/22,07	103,12/142,6 0	1338/71/1595,1 3

Стоимость питания за день 1,6-3лет: 166

3-7лет: 190,10

Утверждаю

и.о. директор школы



25.06.2026г. Возрастная категория от 1,6-3,3-7

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции 1,6-3/3-7лет	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины С	Энергет. ценность (ккал)
	Завтрак 1							
32	Каша пшеничная	150/200	21,32/21,70	5,55/7,4	6,35/8,46	32,78/32,78	0,95/1,27	117,44/236,59
10	Чай с лимоном	150/180	1,96/2,16	0,09/0,11	-/0,009	14,37/17,24	1,92/2,30	45,10/99,27
3	Хлеб с маслом	20/10/40/10	11,26/12,92	1,57/3,15	4,5/9	10,01/20,02	-	78,85/157,7
	Итого за завтрак	330/430		7,21/10,66	10,85/17,46	57,16/70,04	2,87/3,57	241,39/493,56
	Завтрак 2							
4	Сок яблочно-абрикос.	100/100	6,6/6,6	0,5/0,5	-	13,7/13,7	4,0/4,0	55/55
	Обед							
75	Салат из свежих огурцов	40/60	6,41/6,41	0,63/0,71	2,79/3,14	7,15/8,04	13,20/19,80	62,27/70,05
55	Борщ со сметаной	180/200	14,24/16,87	1,28/1,42	3,78/4,2	9,79/10,88	8,66/9,61	72,81/80,96
59	Плов	150/220	42,86/42,60	15,45/22,66	11,73/17,21	25,99/38,12	1,19/1,74	301,36/442
17	Кисель с изюмом	150/180	5,99/5,99	0,37/0,45	-	22,82/27,39	0,61/0,76	94/112,8
	Хлеб пшеничный	40/40	2,04/2,04	3,08/3,08	1,2/1,2	19,92/19,92	-	104,80/104,80
	Хлеб урожайный	40/50	1,76/2,20	2,64/3,3	0,48/0,6	13,6/17	-	72,40/90,50
	Итого за обед	600/750		23,45/31,62	19,98/26,35	99,27/121,35	23,66/31,91	707,64/901,11
	Полдник							
21	Булочка домашняя	80/80	1,9/1,9	4,03/4,03	27,3/27,3		-	246,90/246,90
22	Снежок	150/180	4,2/5,4	4,75/5,7	-10,53/17,44	1,4/1,68		115,41/138,5
44	Фрукты	95/100	19,35/20	0,79/0,89	0,19/0,2	6,58/9,2	6,93/7,50	38/40
	Итого за полдник	325/360		7,22/7,35	11,39/11,4	21,39/26,5	6,93/7,50	332,29/343,77
	Итого за день	1355/1640	147,85/159,03	38,38/50,13	42,22/55,21	191,52/231,59	37,46/46,98	1336,32/1793,

от 3-7 лет: 180,90
1,6-3 лет: 162,00

и.о. директора школы



Утверждаю

Забельская

26.06.2026г. Возрастная категория от 1,6-3, 3-7 лет

Витамин С Энергетическая ценность (ккал)

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции 1,6-3,3-7 лет	Белки	жиры	Углеводы	Витамин С	Энергетическая ценность (ккал)
	Завтрак 1						
1	Каша манная	150/200	4,54/6,05	6,17/8,23	25,12/33,49	0,95/1,27	174/232
27	Чай с молоком	150/180	2,1/2,52	2,35/2,82	15,2/18,24	0,91/0,95	82,72/99,27
3	Хлеб с маслом	20/10//10/40/	1,6/3,19	6,75/9	10,01/26,82	0,19/0,28	114,85/184,2
	Итого за завтрак	320/430	8,34/11,76	15,27/20,05	50,33/78,55	2,05/2,5	371,57/515,4
	Завтрак 2						
43	Сок абрикосовый	100/100	0,5/0,5	0	13,7/13,7	8,00/8,00	55/55
	Обед						
9	Салат из моркови с яблоком	40/60	0,38/0,56	2,4/4,19	4,19/4,56	3,96/5,94	43,63/65,44
30	Рассольник со сметаной	180/200	1,51/1,67	4,56/2,66	13,2/14,58	5,99/6,56	103,14/114,60
79	Рыба тушен.с овощами в т/с	50/70	5,3/8,06	1,2/2,4	5,7/10,6	10,98/11,7	121,62/182,43
7	Лапша	100/150	3,47/5,2	3,47/5,2	24,17/36,26	-	148/222
57	Компот из кураги	150/180	0,14/0,17	-	17,5/21,1	0,75/0,9	68,58/80,25
	Хлеб пшеничный	40/40	3,08/3,08	1,2/1,2	19,92/19,92	-	104,80/104,8
	Хлеб ржаной	40/50	2,62/3,3	0,48/0,6	13,06/17	-	72,40/90,50
	Итого за обед	600/750	11,12/22,04	12,14/16,25	99,98/126,30	18,31/25,10	670,86/792,07
	Полдник						
31	Запеканка творожно-маиная со с/м	120/150	17,59/22	12,79/16	21,78/27,3	1,3/1,62	264,74/331
20	Чай с сахаром	150/180	0,13/0,16	-	12,41/14,9	-	47.39/56,87
	Итого за полдник	280/340	18,44/22,88	13,64/16,85	39,79/47,80	1,3/1,62	344,13/419,87
	Итого за день	1320/1635	38,77/57,18	41,05/53,15	203,80/266,35	29,66/37,22	1441,56/1850,36

Стоимость питания за день 1,6-3 лет : **166,50**

3-7 лет: **190,10**