

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №5

им. Героя России Клещенко В.П.

Е.В. Воронина



# **ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ НА 2026 ГОД (ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ)**

СОСТАВИЛ:

Зав. Производством Федорова О.Ю. Федорова

## 1 ДЕНЬ

Завтрак:

Сарделька отварная

Каша гречневая рассыпчатая

Пирожное

Сок 02

## 2 день

Завтрак:

Бутерброд с колбасой

Каша манная со сливочным маслом

Конфеты

Сок

### 3 день

Завтрак:

Бутерброд с сыром

Каша «Дружба» со сливочным маслом

Конфеты

Сок

### 4 день

Завтрак:

Колбаса отварная

Каша гречневая рассыпчатая

Пирожное

Сок 0,2

### 5 день

Завтрак:

Бутерброд с маслом сливочным

Каша геркулесовая со сливочным маслом

Конфеты

Сок 0,2

6 день

Завтрак:

Сарделька отварная

Каша гречневая рассыпчатая

Пирожное

Сок 0,2

7 день

Завтрак:

Бутерброд с колбасой

Каша манная со сливочным маслом

Конфеты

Сок 0,2

8 день

Завтрак:

Бутерброд с сыром

Каша пшённая со сливочным маслом

Конфеты

Сок 0,2

9 день

Завтрак:

Колбаса отварная

Каша гречневая рассыпчатая

Пирожное

Сок 0,2

10 день

Завтрак:

Бутерброд с маслом сливочным

Каша рисовая со сливочным маслом

Конфеты

Сок 0,2

[illegible]

	<b>2 – й день (7-11 лет)</b>															
	<b>Завтрак</b>															
8	<b><i>Бутерброд с колбасой</i></b>		40/30													
	Хлеб пшеничный	40	40	3,06	1,06	22,66	105,33	1,2	0,0	0,0	0,0	60	0,0	0,0	1,06	
	Колбаса п/к	31	30	45	45	3,45	1,2	25,5	118,5	1,35	0,0	0,0	0,0	67,5	0,0	
182	<b><i>Каша манная со сливочным маслом</i></b>		200/10													
	Крупа манная	45	45	7	0,3	32,3	143,4	0,1	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Сгущённое молоко	38	38	3,0	3,3	20,67	121,98	0,03	0,98	28,1	0,07	107,92	96,14	9,88	0,07	
	Сахарный песок	4	4	0,0	0,0	4,0	15,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Соль	3	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Масло сливочное	10	10	0,0	8,3	0,0	56,6	0,0	0,0	0,1	0,0	2,2	1,9	0,3	0,0	
	<b><i>Кондитерское изделие</i></b>															
	Конфеты	55	55	2,2	14,4	32,5	270,05	0,02	0,0	0,0	1,3	15,4	52,2	51,4	1,6	
	<b><i>Сок</i></b>	1/200	1/200	1,0	0,2	20,2	92,0	0,02	4,0	0,0	0,02	14,0	14,0	8,0	2,8	

	<b>3 – й день (7-11 лет)</b>														
	<b>Завтрак</b>														
3	<b>Бутерброд с сыром</b>		40/30												
	Хлеб пшеничный	40	40	3,06	1,06	22,6	105,3	1,2	0,0	0,0	0,0	60	0,0	0,0	1,06
	Сыр	30	30	5,25	6,3	0,0	65,25	0,0	0,45	0,0	0,0	234	121,50	0,15	0,0
134	<b>Каша «Дружба» со сливочным маслом</b>		200/10												
	Рис	25	25	1,6	0,1	16	71	0,5	0,0	0,0	0,0	60	290,2	86,2	1,6
	Пшено	25	25	3	0,6	17,4	87,1	0,1	0,3	0	0	65,3	75	32,5	0,7
	Сахарный песок	4	4	0,0	0,0	4,0	15,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сгущённое молоко	38	38	3,0	3,3	20,67	121,98	0,03	0,98	28,1	0,07	107,92	96,14	9,88	0,07
	Соль	3	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Масло сливочное	10	10	0,0	8,3	0,0	56,6	0,0	0,0	0,1	0,0	2,2	1,9	0,3	0,0
	<b>Кондитерское изделие</b>														
	Конфеты	55	55	2,2	14,4	32,5	270,05	0,02	0,0	0,0	1,3	15,4	52,2	54,4	1,6
	<b>Сок</b>	1/200	1/200	1,0	0,2	20,2	92,0	0,02	4,0	0,0	0,02	14,0	14,0	8,0	2,8



[illegible]

	<b>5 – й день (7-11 лет)</b>														
	<b>Завтрак</b>														
3	<b><i>Бутерброд с маслом сливочным</i></b>		40/25												
	Хлеб пшеничный	40	40	3,06	1,06	22,66	105,33	1,2	0,0	0,0	0,0	60	0,0	0,0	1,06
	Масло сливочное	25	25	0,0	15,5	0,0	95,17	0,0	0,0	0,3	0,0	4,0	3,3	0,6	0,0
174	<b><i>Каша геркулесовая со сливочным маслом</i></b>		200/10												
	Геркулес	45	44	3,3	0,4	33,7	156	0,0	0,0	0,0	0,2	3,5	66,6	22,2	0,45
	Сгущённое молоко	38	38	3,0	3,3	20,67	121,98	0,03	0,98	28,1	0,07	107,92	96,14	9,88	0,07
	Сахарный песок	4	4	0,0	0,0	4,0	15,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Соль	3	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Масло сливочное	10	10	0,0	8,3	0,0	56,6	0,0	0,0	0,1	0,0	2,2	1,9	0,3	0,0
	<b><i>Кондитерское изделие</i></b>														
	Конфеты	55	55	2,2	14,4	32,5	270,05	0,02	0,0	0,0	1,3	15,4	52,2	54,4	1,6
	<b><i>Сок</i></b>	1/200	1/200	1,0	0,2	20,2	92,0	0,02	4,0	0,0	0,02	14,0	14,0	8,0	2,8

[illegible]

	<b>7 – й день (7-11 лет)</b>														
	<b>Завтрак</b>														
8	<b><i>Бутерброд с колбасой</i></b>		40/30												
	Хлеб пшеничный	40	40	3,06	1,06	22,66	105,33	1,2	0,0	0,0	0,0	60	0,0	0,0	1,06
	Колбаса п/к	31	30	45	45	3,45	1,2	25,5	118,5	1,35	0,0	0,0	0,0	67,5	0,0
182	<b><i>Каша манная со сливочным маслом</i></b>		200/10												
	Крупа манная	45	45	7	0,3	32,3	143,4	0,1	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сгущённое молоко	38	38	3,0	3,3	20,67	121,98	0,03	0,98	28,1	0,07	107,92	96,14	9,88	0,07
	Сахарный песок	4	4	0,0	0,0	4,0	15,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Соль	3	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Масло сливочное	10	10	0,0	8,3	0,0	56,6	0,0	0,0	0,1	0,0	2,2	1,9	0,3	0,0
	<b><i>Кондитерское изделие</i></b>														
	Конфеты	55	55	2,2	14,4	32,5	270,05	0,02	0,0	0,0	1,3	15,4	52,2	51,4	1,6
	<b><i>Сок</i></b>	1/200	1/200	1,0	0,2	20,2	92,0	0,02	4,0	0,0	0,02	14,0	14,0	8,0	2,8

[illegible]

[illegible]

[illegible]