Утверждаю:

Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 08 сентября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы			
	Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет						
Завтрак													
Каша жидкая ячневая с молоком и маслом	*150*	*4,17*	*3,87*	*13,76*	*106,65*	*0,68*	*200*	*5,56*	*5,16*	*18,35*	*142,2*	*0,91*	*94*
Бутерброд с маслом сливочным	*30/10*	*2,42*	*7,52*	*15,13*	*139,6*	*0*	*40*	*2,42*	*7,52*	*15,13*	*139,6*	*0*	*1*
Чай с сахаром	*150*	*0,1*	*0,025*	*6,01*	*22,74*	*0,05*	*180*	*0,14*	*0,03*	*8,0*	*30,32*	*0,07*	*392*
Второй завтрак													
Сок фруктовый консервированный	*187*	*0,9*	*0*	*17*	*72*	*3,75*	*200*			*23*	*92*	*3,75*	
Обед													
Салат из белокочанной капусты	*40*	*0,56*	*2,03*	*3,46*	*0,61*	*13,98*	*60*	*0,84*	*3,05*	*5,19*	*0,92*	*20,97*	*20*
Суп гороховый	*150*	*4*	*4,19*	*14,47*	*99,93*	*8,55*	*200*	*5,34*	*5,59*	*19,29*	*133,24*	*11,4*	*81*
Птица, тушенная в соусе с овощами	*160*	*19.57*	*18.06*	*22.57*	*337.15*	*22.24*	*230*	*19.57*	*18.06*	*22.57*	*337.15*	*22.24*	*302*
Чай с лимоном	*150/10/7*	*0,1*	*0,02*	*8,5*	*34,16*	*2,36*	*180/10/7*	*0,12*	*0,02*	*10,20*	*41*	*2,83*	*393*
Хлеб ржаной	*30*	*2,5*	*0,4*	*12,9*	*65,2*	*0*	*38*	*2.5*	*0.4*	*12.9*	*65.2*	*0*	
Хлеб пшеничный формовой в/с	*14*	*2,05*	*0,35*	*9,03*	*48,8*	*0*	*30*	*2.34*	*0.27*	*15*	*73.5*	*0*	
Полдник													
Продукт кисломолочный	*150*	*5,22*	*4,5*	*7,2*	*90*	*1,26*	*180*	*5,22*	*4,5*	*7,2*	*90*	*1,26*	*400*
Печенье	*45*	*3.7*	*4.4*	*37.8*	*213*	*0*	*45*	*3.7*	*4.4*	*37.8*	*213*	*0*	
итого за 6 день	*1283*	*45,29*	*45,365*	*167,83*	*1229,84*	*52,87*	*1583*	*47.75*	*49.00*	*194.63*	*1358.13*	*63.43*	

Утверждаю:

Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 09 сентября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы			
	Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет						
Завтрак													
Каша жидкая геркулес	150	7,11	8,68	24,74	204,9	2,0	200	7,11	8,68	24,74	204,9	2,0	185
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	1
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	180	0,14	0,035	8,0	30,32	0,07	392
Второй завтрак													
Яблоко	115	0,46	0,34	10,9	48,3	5,75	115	0,46	0,34	10,9	48,3	5,75	368
Обед													
Овощи по сезону (огурцы)	40	0.5	0,1	1,5	8,1	6	60	0.9	0	1.8	10.9	3.2	
Борщ со св. капустой, картофелем и фасолью	150	3,67	7,5	27,15	190,5	4,71	200	4,9	10	36,2	254	6,28	63
Котлета куриная	60	16,9	16,01	9,87	249,25	0,56	80	11,04	27,6	12,88	344		
Капуста тушёная	120	6,36	3,18	12,45	93,31	74,6	150	2,7	4,8	10,8	97,8	15,3	336
Компот из смеси сухофруктов	150	0,16	0	11,48	44,29	0,14	180	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2.5	0.4	12.9	65.2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2.34	0.27	15	73.5	0	
Полдник													
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200			23	92	3,75	
Пирожок печеный	50	5,5	5,83	28,94	181,66	0,025	50	5,5	5,83	28,94	181,66	0,025	454
итого за 7 день	1256	48,63	49,935	190,1	1368,65	97,585	1513	40.17	65,475	211.77	1586.47	36.515	

Утверждаю:

Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 10 сентября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы			
	Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет						
Завтрак													
Омлет натуральный	80	3.92	6.55	1.16	79.24	0.25	85	3.92	6.55	1.16	79.24	0.25	215
Икра кабачковая консервированная	40	1,1	5,3	4,6	71,4	4,2	60	1,1	5,3	4,6	71,4	4,2	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	1
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	180	0,14	0,035	8,0	30,32	0,07	392
Второй завтрак													
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200			23	92	3,75	
Обед													
(Овощи по сезону) салат «Свежесть»	40	0,6	4,04	1,76	46		55	1,5	10,1	4,4	115		ТТК56
Суп картофельный с крупой рисовый	150	1,81	5,27	13,37	120,7	12,4	200	2,19	3,43	16,09	106,74	15,35	80
Картофельное пюре	120	2,76	3,23	18,82	129,11	22,15	150	2,76	3,23	18,82	129,11	22,15	321
Гуляш из отварного мяса	65	15,66	13,97	3,97	201,64	2,69	75	15,66	13,97	3,97	201,64	2,69	277
Компот из смеси сухофруктов	150	0,16	0	11,48	44,29	0,14	180	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2.5	0.4	12.9	65.2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2.34	0.27	15	73.5	0	
Полдник													
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	180	0,14	0,035	8,0	30,32	0,07	392
Вафли	50	1,4	1,7	38,7	177		50	1,4	1,7	38,7	177		
итого за 8 день	1266	35,48	48,38	159,94	1240,46	45,68	1513	36.23	52.54	171.25	1178.36	48.67	

Утверждаю:

Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 11 сентября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы			
	Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет						
Завтрак													
Суп молочный с рисовой крупой	*150*	*5,19*	*6,11*	*24,43*	*172,77*	*1,82*	*200*	*5,19*	*6,11*	*24,43*	*172,77*	*1,82*	*94*
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	*30/5/5*	*5,83*	*8,24*	*15,06*	*160,5*	*0,24*	*30/5/15*	*5,83*	*8,24*	*15,06*	*160,5*	*0,24*	*3*
Чай с сахаром	*150*	*0,1*	*0,025*	*6,01*	*22,74*	*0,05*	*180*	*0,14*	*0,035*	*8,0*	*30,32*	*0,07*	*392*
Второй завтрак													
Яблоко	*115*	*0,46*	*0,34*	*10,9*	*48,3*	*5,75*	*115*	*0,46*	*0,34*	*10,9*	*48,3*	*5,75*	*368*
Обед													
(Овощи по сезону) салат из свежих огурцов	*40*	*0,3*	*2,4*	*0,97*	*26,93*	*3,8*	*60*	*0,45*	*3,65*	*1,43*	*40,38*	*5,7*	*13*
Суп картофельный с макаронными изделиями	*150*	*2,66*	*4,38*	*19,68*	*131,75*	*19,5*	*200*	*2,66*	*4,38*	*19,68*	*131,75*	*19,5*	*82*
Капуста тушёная	*120*	*6,36*	*3,18*	*12,45*	*93,31*	*74,6*	*150*	*6,36*	*3,18*	*12,45*	*93,31*	*74,6*	*132*
Рыба тушеная с овощами	*60*	*18,83*	*5,03*	*2,96*	*133*	*5,94*	*80*	*18,83*	*5,03*	*2,96*	*133*	*5,94*	*247*
Компот из смеси сухофруктов	*150*	*0,16*	*0*	*11,48*	*44,29*	*0,14*	*180*	*0,16*	*0*	*11,48*	*44,29*	*0,14*	*376*
Хлеб ржаной	*30*	*2,5*	*0,4*	*12,9*	*65,2*	*0*	*38*	*2.5*	*0.4*	*12.9*	*65.2*	*0*	
Хлеб пшеничный формовой в/с	*14*	*2,05*	*0,35*	*9,03*	*48,8*	*0*	*30*	*2.34*	*0.27*	*15*	*73.5*	*0*	
Полдник													
Какао с молоком	*150*	*4,4*	*4,83*	*15,11*	*119,12*	*1,82*	*180*	*3,67*	*3,19*	*15,82*	*107*	*1,43*	*397*
Печенье	*45*	*3.7*	*4.4*	*37.8*	*213*	*0*	*45*	*3.7*	*4.4*	*37.8*	*213*	*0*	
итого за 9 день	*1214*	*52,54*	*39,685*	*178,78*	*1279,71*	*113,66*	*1488*	*52.29*	*39.225*	*187.91*	*1313.32*	*115.19*	

Утверждаю:

Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 12 сентября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы			
	Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет						
Завтрак													
Суп молочный гречневый	150	4,48	4,11	12,81	106,2	0,68	200	5,97	5,48	17,08	141,6	0,91	94
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/5	5,83	8,24	15,06	160,5	0,24	45	4,73	6,88	14,56	139	0,07	3
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	180	0,14	0,03	8,0	30,32	0,07	392
Второй завтрак													
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200			23	92	3,75	
Обед													
Салат из квашеной капусты с консервированным зелёным горошком	40	0,64	2,04	3,08	33,2	10,8	50	0,8	2,55	3,85	41,5	13,5	40
Борщ с картофелем и свежей капустой	150	2,2	5,09	14,74	108,13	27,2	200	2,2	5,09	14,74	108,13	27,2	57
Плов из птицы	180	19,11	6,62	30,6	258	0,86	210	22,3	7,73	35,7	301	1,01	304
Компот из смеси сухофруктов	150	0,16	0	11,48	44,29	0,14	180	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2.5	0.4	12.9	65.2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2.34	0.27	15	73.5	0	
Полдник													
Йогурт	100	2,1	5,0	14,9	115		100	2,1	5,0	14,9	115		
Вафли	50	1,4	1,7	38,7	177		50	1,4	1,7	38,7	177		
итого за 10 день	1241	41,47	33,575	186,31	1211,06	43,72	1483	44.64	35.13	209.91	1328.54	46.65	