

Утверждаю:

Директор Попова О.В.
СРЕДНЯЯ ШКОЛА
ЧЕРНЫШОВСКОГО РАЙОНА
ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
ИНН 3433068748

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

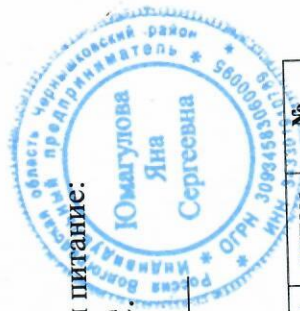
Меню на 22 сентября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети ческая ценность Ккал.	витами ин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети ческая ценность Ккал	витами ин С	№ рецепт уры
		белки	жиры	углевод ы				белки	жиры	углевод ы			
, 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 СПШ" дошкольная группа

Меню на 23 сентября 2025г.

Меню на 23 сентября 2023г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамины и С	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамины и С	№ рецепт уры
		белки	жиры	углевод ы			белки	жиры	углевод ы			
Возраст 1-3 лет												
Завтрак												
Каша ясидкая геркулес	150	7,11	8,68	24,74	204,9	2,0	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	2,42	7,52	15,13	139,6	0	1
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	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	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	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	4,9	10	36,2	254	6,28	63
Котлета куриная	60	16,9	16,01	9,87	249,25	0,56	11,04	27,6	12,88	344		
Капуста тушёная	120	6,36	3,18	12,45	93,31	74,6	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	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	2,5	0,4	12,9	65,2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	2,34	0,27	15	73,5	0	
Полдник												
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75			23	92	3,75	
Пирожок печеный	50	5,5	5,83	28,94	181,66	0,025	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	40,17	65,475	211,77	1586,47	36,515	



Утверждаю:

Директор Попова О.В.

МКОУ "Тормосиновская СПШ" дошкольная группа

Меню на 24 сентября 2025г.



Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал.	витами- ны С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал	витами- ны С	№ рецепт уры
		белки	жиры	углевод- ы				белки	жиры	углевод- ы			
Возраст 1-3 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		ТТКС6
Суп картофельный с крупной рисовой	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.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 25 сентября 2025г.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамины и минералы	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамины и минералы	рецепты
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы			
Возраст 1-3 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 тушёная 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:

ИП Юмагулова Я.С.

Директор Попова О.В.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад № 10 комбинированного вида" городского округа "Термогаз" городского округа Тарко-Сале, Ямало-Ненецкий автономный округ

Меню на 26 сентября 2025г.

наименование блюда

Возраст 3-7 лет

Возраст 1-3 лет

Завтрак

Второй завтрак

Obed

Полдник

Меню на 26 сентября 2023г.													
наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал.	витам ин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал	витам ин С	№ рецепт уры
		белки	жиры	углевод ы				белки	жиры	углевод ы			
Возраст 1-3 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 пшеницы	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	