Утверждаю:

Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 10 ноября 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 манная с молоком и маслом	*150*	*7,12*	*8,13*	*27,02*	*208,75*	*2,34*	*200*	*7,12*	*8,13*	*27,02*	*208,75*	*2,34*	*185*
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*	*0,46*	*11,27*	*51,75*	*18,9*	*115*	*0,46*	*0,46*	*11,27*	*51,75*	*18,9*	*368*
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 рассольник Ленинградский	*150*	*1,36*	*3,95*	*10,03*	*90,53*	*9,3*	*200*	*1,81*	*5,27*	*13,37*	*120,7*	*12,4*	*76*
Котлета куриная	*60*	*16,9*	*16,01*	*9,87*	*249,25*	*0,56*	*70*	*16,9*	*16,01*	*9,87*	*249,25*	*0,56*	*282*
Каша гречневая рассыпчатая	*120*	*5,92*	*5,36*	*28,3*	*185,6*	*0*	*150*	*7,4*	*6,7*	*35,4*	*232*	*0*	*627*
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													
Молоко кипячёное	*150*	*5,9*	*6,4*	*9,6*	*122*	*2,6*	*200*	*5,9*	*6,4*	*9,6*	*122*	*2,6*	*400*
Печенье	*45*	*3.7*	*4.4*	*37.8*	*213*	*0*	*45*	*3.7*	*4.4*	*37.8*	*213*	*0*	
итого за 1 день	*1214*	*52,56*	*55,755*	*185,82*	*1463,02*	*48,11*	*1498*	*55.1*	*59.365*	*211.96*	*1572.18*	*58.22*	

Утверждаю:

Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 11 ноября 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													
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200	0	0	23	92	3,75	
Обед													
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
Вареники с творогом	180	17,8	4,57	32,81	243,9	0	200	19,8	5,08	36,45	271	0	443
Кисель из повидла	150	0,04	0	15,93	62,99	0,04	180	0,008	0	15,93	56,68	0,025	383
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
Пряник	50	3,5	4,5	32	187	0	50	3,5	4,5	32	187	0	
итого за 2 день	1251	45,31	38,05	202,9	1327,63	11,81	1488	47.938	30,99	229,55	1464,20	13.39	

Утверждаю:

Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 12 ноября 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	180	3,25	3,29	12,68	88,32	1,3	395
Кофейный напиток с молоком	150	3,1	3,27	12,68	88,32	1,3	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	1
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 «Свежесть»	40	0,6	4,04	1,76	46		60	0,9	6,06	2,64	69		ТТК 56
Суп гороховый	150	4	4,19	14,47	99,93	8,55	200	5,34	5,59	19,29	133,24	11,4	81
Макаронные изделия отварные	120	4,4	3,38	21,1	132,4	0	155	5,68	4,36	27,25	171	0	205
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													
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200			22,5	92	3,75	
Вафли	50	1,4	1,7	38,7	177		50	1,4	1,7	38,7	177		
итого за 3 день	1231	42,67	51,01	173,88	1314,12	26,63	1468	43.73	53.65	198.2	1453.73	29.48	

Утверждаю:

Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 13 ноября 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 пшённая с молоком и маслом	150	7,55	7,8	31,71	226	2,15	205	7,94	8,06	32,12	163,34	2,3	185
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													
Овощи по сезону (огурцы)	40	0.5	0,1	1,5	8,1	6	60	0.9	0	1.8	10.9	3.2	
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
Каша рассыпчатая рисовая	120	3.51	1.95	35.72	178.22	0	150	3.51	1.95	35.72	178.22	0	313
Печень по-строгановски	60	3,6	11,4	2,64	127,08	0	100	6	19	4.4	211.8	0	507
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		
Печенье	45	3.7	4.4	37.8	213	0	45	3.7	4.4	37.8	213	0	
итого за 4 день	1236	29,7	43,325	215,5	1391,78	31,59	1528	34.37	51.01	231.93	1468.92	28.96	

Утверждаю:

Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 14 ноября 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													
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*	*1,45*	*40,4*	*5,7*	*13*
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*
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*
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													
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*
Вафли	50	1,4	1,7	38,7	177		*50*	*1,4*	*1,7*	*38,7*	*177*		
итого за 5 день	1236	42,64	33,345	175,29	1186,73	45,82	*1508*	*44.76*	*37.03*	*198.25*	*1316.72*	*49.84*	