



«Тормосиновская СШ» дошкольная группа
на 26 января 2026 года



наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	№ рецептуры	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры			
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы					
Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет									
Завтрак															
Каша молочная пшеничная ягнедкая	130	3,8	3,8	23,7	144	193	150	4,4	4,4	27,4	166	194			
Блинчик с творогом	50	5,1	4,4	10,9	104	274	50	5,1	4,4	10,9	104	274			
Чайчёрный с сахаром	150	0	0	7,5	30	213	180	0	0	9	36	214			
Хлебпшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210			
Второй завтрак															
Продукт кисломолочный «Снежок»	100	3,0	2,5	10,0	74	270	100	3,0	2,5	10,0	74	270			
Обед															
Салат Витаминный с растительным маслом	30	0,3	4,5	3,1	55	242	50	0,5	7,6	5,1	91	244			
Суп с клёцками	150	3,1	3,9	14,4	105	321	180	3,7	4,6	17,2	125	323			
Фрикадельки мясные с соусом томатным	50	5,6	5,8	3,2	88	287	70	7,7	8,1	4	120	288			
Изделия макаронные отварные	110	3,7	2,8	22,2	129	257	130	4,3	3,4	25,9	151	256			
Чай чёрный с лимоном и сахаром	150	0	0	7,6	30	225	180	0	0	9,1	36	226			
Хлебпшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210			
Хлебржаной	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63	212			
Полдник															
Печенье сахарное	40	3	4,7	29,8	174	264	60	4,5	7,1	44,6	260	265			
Отваршиповника	160	0,4	0,2	16,3	68	341	190	0,4	0,2	18,8	78	334			
итого за 1 день	1195	33,8	33,9	126,4	1147		1430	40,8	43,7	215,8	1418				

МКОУ



Меню на

«Тормосиновская СШ» дошкольная группа

27 января 2026 года



наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	№ рецептуры	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры				
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы						
		Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет								
Завтрак																
Кашамолочнаяячневаяжидкая	130	3,4	3,8	19,9	127	195	150	3,9	4,4	22,9	147	196				
Яйцокуриное, сваренное вкрутую	40	5,1	4,6	0,3	63	229	40	5,1	4,6	0,3	63	229				
Чайчёрный с сахаром	160	0	0	8	32	216	180	0	0	9	36	214				
Хлебпшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210				
Второй завтрак																
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	230	100	0,4	0,4	9,8	44	230				
Обед																
Салат «Светофор»	30	0,3	1,6	1,4	21	245	50	0,6	2,6	2,4	35	247				
Суп картофельный с вермишелью и мясом кур	150	5,2	1,8	12,4	87	289	180	5,9	2,3	14,8	103	291				
Рагуизовоющей	130	1,9	6,6	14,2	124	296	150	2,2	7,3	16,2	139	299				
Компот из шиншишеной	150	0	0	12	48	271	180	0	0	14	56	272				
Хлебпшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210				
Хлебржаной	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63	212				
Полдник																
Пирожок печёный с конфитюром	50	3	4,2	20,9	133	340	50	3	4,2	20,9	133	340				
Сокфруктовый в ассортименте	150	0,8	0	13,6	58	236	200	1	0	18,2	77	236				
итого за 2 день	1165	25,9	24,3	140,7	883		1370	29,3	27,2	162,3	1010					



B.B.

«Тормосиновская СШ» дошкольная группа
января 2026 года



Организация осуществляющая питание:

И.П. Омаргулова Я.С.

*Юлия
Серебренникова*

ОГРН 399456300095
ИНН 343301910749

наименование блюда	вес блю- да в гра- мм.	пищевые вещества, гр.			энер- гети- чес- кая ценно- сть Ккал.	№ рецепту- ры	вес блю- да в грамм	пищевые вещества, гр.			энер- тиче- ская ценност ь Ккал	ре- цептуры				
		бел- ки	жиры	уг- ле- воды				белки	жиры	угле- воды						
Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет										
Завтрак																
Каша молочная манная яичная	150	4,1	4,4	23,2	149	219	180	5	5,3	28,1	180	335				
Маслосливочное (порциями)	10	0	7,2	0,1	66	232	10	0	7,2	0,1	66	232				
Чайчёрный с сахаром	180	0	0	9	36	214	180	0	0	9	36	214				
Хлебпшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210				
Второй завтрак																
Продукт кисломолочный «Снежок»	100	3,0	2,5	10,0	74	270	100	3,0	2,5	10,0	74	270				
Обед																
Морковь свежая	30	0,4	0	2,2	10	227	50	0,6	0	3,6	17	228				
Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью	150	2,3	3,7	10,2	83	311	180	2,6	4,3	11,8	96	308				
Биточек Куриный	80	12	19,1	3,8	235	102	80	12	19,1	3,8	235	102				
Картофель по-деревенски	130	5,2	4,8	24,8	155	261	130	5,2	4,8	24,8	155	261				
Фиточай каркадэ с сахаром	150	0	0	7,5	30	220	180	0	0	9	36	222				
Хлебпшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210				
Хлебржаной	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63	212				
Полдник																
Сырники изтворога	80	11,7	7,2	19,6	190	248	80	11,7	7,2	19,6	190	248				
Какаонамолоке	150	2,2	2,4	15,7	93	237	180	2,6	2,8	18,4	109	238				
итого за 3 день	128 5	46,7	52,6	154,3	1267		1440	49,9	54,6	172	1371					

Меню



МКОУ «Тормосиновская СШ» дошкольная группа

на 29 января 2026 года



наименование блюда	вес блю- да в гра- мм.	пищевые вещества, гр.			энер- гети- че- ская ценно- сть Ккал.	№ рецепту- ры	вес блю- да в грамм	пищевые вещества, гр.			энерге- тиче- ская ценност ь Ккал	№ ре- цептуры					
		бел- ки	жи- ры	угле- воды				белки	жиры	угле- воды							
Возраст 1-3 лет					Возраст 3-7 лет												
Завтрак																	
<i>Супмолочный с вермишелью</i>	150	4,1	4,4	23,2	149		219	180	3,7	4,5	18	127	208				
<i>Маслосливочное (порциями)</i>	10	0	7,2	0,1	66		232	10	0	7,2	0,1	66	232				
<i>Чайчёрный с сахаром</i>	180	0	0	9	36		214	180	0	0	9	36	214				
<i>Хлебпшеничный в/с</i>	25	2	0,4	9	47		209	30	2,5	0,4	10,8	57	210				
Второй завтрак																	
<i>Яблоко</i>	100	0,4	0,4	9,8	44		230	100	0,4	0,4	9,8	44	230				
Обед																	
<i>Салатовоцной «Свежесть»</i>	30	0,4	2	1,6	27		279	50	0,7	3	2,8	42	280				
<i>Супкартофельный с пшеном</i>	150	1,4	3,3	8,5	69		301	180	1,6	4,4	10,1	86	300				
<i>Гуляшизмясаптицы</i>	50	8,1	2,3	2,3	62		305	70	10,5	3,2	3,3	84	307				
<i>Гречкаотварнаярассыпчатая</i>	110	4,7	3,6	23	143		258	130	5,4	4,2	26,7	167	259				
<i>Компотизухофруктов</i>	150	0	0	7,5	30		240	180	0	0	9	36	241				
<i>Хлебпшеничный в/с</i>	25	2	0,4	9	47		209	30	2,5	0,4	10,8	57	210				
<i>Хлебржсаной</i>	25	1,8	0,5	10,2	52		211	30	2,2	0,6	12,2	63	212				
Полдник																	
<i>Оладьи</i>	80	5,4	6,3	32,5	208		250	80	5,4	6,3	32,5	208	250				
<i>Кофейный напиток злаковый на молоке</i>	160	2,2	2,5	15,8	94		252	180	2,4	2,8	18,3	108	333				
итого за 4 день	1245	31,5	32,7	153,4	1032			1430	37,3	37,4	173,4	1181					



**МКОУ «Тормосиновская СШ» дошкольная группа
Меню на 30 января 2026 года**



наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	№ рецептуры	вес блюда в грамм.				тическая ценность Ккал				
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы					
Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет									
Завтрак															
<i>Кашамолочнаярисоваяяжидкая</i>	150	3,5	4,8	20,5	139	200	180	4,1	5,8	24,4	166				
<i>Маслосливочное (порциями)</i>	10	0	7,2	0,1	66	232	10	0	7,2	0,1	66				
<i>Чайчёрный с сахаром</i>	165	0	0	8,3	33	217	180	0	0	9	36				
<i>Хлебшеничный в/с</i>	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57				
Второй завтрак															
<i>Продукт кисломолочный «Снежок»</i>	100	3,0	2,5	10,0	74	270	100	3,0	2,5	10,0	74				
Обед															
<i>Салат из свежих помидоров и огурцов</i>	30	0,3	2	1	23	312	50	0,4	2,8	1,6	33				
<i>Супкартофельный с фасолью</i>	150	2,4	3,3	9,3	76	319	180	2,8	3,9	11,1	91				
<i>Рыба (филе) в тесте запечённая</i>	70	10,6	3,7	8,0	108	328	70	10,6	3,7	8,0	108				
<i>Пюрекартофельное</i>	110	2,3	2,4	15	91	262	130	2,7	2,9	17,8	108				
<i>Отваршиповника</i>	160	0,4	0,2	16,3	68	341	180	0,4	0,2	17,8	74				
<i>Хлебшеничный в/с</i>	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57				
<i>Хлебржсаной</i>	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63				
Полдник															
<i>Печеньесахарное</i>	40	3	4,7	29,8	174	264	60	4,5	7,1	44,6	260				
<i>Кисельфруктовый</i>	180	0,2	0	19,2	78	267	190	0,2	0	20,4	83				
<i>итого за 5 день</i>	1240	31,5	32,1	165,7	1076		1420	35,9	37,5	198,6	1276				

