



## МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 13 апреля 2026 года

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал.	№ рецепт уры	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал	№ рецепт уры
		белки	жиры	углевод ы				белки	жиры	углевод ы		
Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет						
<b>Завтрак</b>												
Каша молочная пшеничная жидкая	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
Чай чёрный с сахаром	150	0	0	7,5	30	213	180	0	0	9	36	214
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210
<b>Второй завтрак</b>												
Продукт кисломолочный «Снежок»	100	3,0	2,5	10,0	74	270	100	3,0	2,5	10,0	74	270
<b>Обед</b>												
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 клецками	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
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210
Хлеб ржаной	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63	212
<b>Полдник</b>												
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
<b>итого за 1 день</b>	<b>1195</b>	<b>33,8</b>	<b>33,9</b>	<b>126,4</b>	<b>1147</b>		<b>1430</b>	<b>40,8</b>	<b>43,7</b>	<b>215,8</b>	<b>1418</b>	



**МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа**  
**Меню на 14 апреля 2026 года**

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал.	№ рецеп- туры	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетиче- ская ценность Ккал	№ рецепт- уры
		белки	жиры	углевод- ы				белки	жиры	углеводы		
		<b>Возраст 1-3 лет</b>					<b>Возраст 3-7 лет</b>					
<b>Завтрак</b>												
Каша молочная ячневая жидкая	130	3,4	3,8	19,9	127	195	150	3,9	4,4	22,9	147	196
Яйцо куриное, сваренное вкрутую	40	5,1	4,6	0,3	63	229	40	5,1	4,6	0,3	63	229
Чай чёрный с сахаром	160	0	0	8	32	216	180	0	0	9	36	214
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210
<b>Второй завтрак</b>												
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	230	100	0,4	0,4	9,8	44	230
<b>Обед</b>												
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
Рагу из овощей	130	1,9	6,6	14,2	124	296	150	2,2	7,3	16,2	139	299
Компот из вишни сушеной	150	0	0	12	48	271	180	0	0	14	56	272
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210
Хлеб ржаной	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63	212
<b>Полдник</b>												
Пирожок печёный с конфитюром	50	3	4,2	20,9	133	340	50	3	4,2	20,9	133	340
Сок фруктовый в ассортименте	150	0,8	0	13,6	58	236	200	1	0	18,2	77	236
<b>Итого за 2 день</b>	<b>1165</b>	<b>25,9</b>	<b>24,3</b>	<b>140,7</b>	<b>883</b>		<b>1370</b>	<b>29,3</b>	<b>27,2</b>	<b>162,3</b>	<b>1010</b>	



**МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа**  
**Меню на 15 апреля 2026 года**

наименование блюда	вес блюда в граммах	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	№ рецептуры	вес блюда в грамм	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы		
<b>Возраст 1-3 лет</b>						<b>Возраст 3-7 лет</b>						
<b>Завтрак</b>												
Каша молочная манная жидкая	150	4,1	4,4	23,2	149	219	180	5	5,3	28,1	180	335
Масло сливочное (порциями)	10	0	7,2	0,1	66	232	10	0	7,2	0,1	66	232
Чай чёрный с сахаром	180	0	0	9	36	214	180	0	0	9	36	214
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210
<b>Второй завтрак</b>												
Продукт кисломолочный «Снежок»	100	3,0	2,5	10,0	74	270	100	3,0	2,5	10,0	74	270
<b>Обед</b>												
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 каркаде с сахаром	150	0	0	7,5	30	220	180	0	0	9	36	222
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210
Хлеб ржаной	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63	212
<b>Полдник</b>												
Сырники из творога	80	11,7	7,2	19,6	190	248	80	11,7	7,2	19,6	190	248
Какао на молоке	150	2,2	2,4	15,7	93	237	180	2,6	2,8	18,4	109	238
<b>Итого за 3 день</b>	<b>1285</b>	<b>46,7</b>	<b>52,6</b>	<b>154,3</b>	<b>1267</b>		<b>1440</b>	<b>49,9</b>	<b>54,6</b>	<b>172</b>	<b>1371</b>	



*(Handwritten signature)*



**МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа**  
**Меню на 16 апреля 2026 года**

наименование блюда	вес блюда в граммах	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	№ рецептуры	вес блюда в граммах	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы		
	Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет					
<b>Завтрак</b>												
Супмолочный с вермишелью	150	4,1	4,4	23,2	149	219	180	3,7	4,5	18	127	208
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
<b>Второй завтрак</b>												
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	230	100	0,4	0,4	9,8	44	230
<b>Обед</b>												
Салатовощной «Свежесть»	30	0,4	2	1,6	27	279	50	0,7	3	2,8	42	280
Супкартофельный с пшеном	150	1,4	3,3	8,5	69	301	180	1,6	4,4	10,1	86	300
Гуляшиизмясаптицы	50	8,1	2,3	2,3	62	305	70	10,5	3,2	3,3	84	307
Гречкаотварнаярассыпчатая	110	4,7	3,6	23	143	258	130	5,4	4,2	26,7	167	259
Компотизсухофруктов	150	0	0	7,5	30	240	180	0	0	9	36	241
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
<b>Полдник</b>												
Оладьи	80	5,4	6,3	32,5	208	250	80	5,4	6,3	32,5	208	250
Кофейный напиток злаковый на молоке	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 17 апреля 2026 года**

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети ческая ценность Ккал.	№ рецепт уры	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети ческая ценность Ккал	№ рецепт уры
		белки	жиры	углевод ы				белки	жиры	углевод ы		
		<b>Возраст 1-3 лет</b>						<b>Возраст 3-7 лет</b>				
<b>Завтрак</b>												
Каша молочная рисовая жидкая	150	3,5	4,8	20,5	139	200	180	4,1	5,8	24,4	166	336
Масло сливочное (порциями)	10	0	7,2	0,1	66	232	10	0	7,2	0,1	66	232
Чай чёрный с сахаром	165	0	0	8,3	33	217	180	0	0	9	36	214
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210
<b>Второй завтрак</b>												
Продукт кисломолочный «Снежок»	100	3,0	2,5	10,0	74	270	100	3,0	2,5	10,0	74	270
<b>Обед</b>												
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,3	2	1	23	312	50	0,4	2,8	1,6	33	313
Суп картофельный с фасолью	150	2,4	3,3	9,3	76	319	180	2,8	3,9	11,1	91	320
Рыба (филе) в тесте запечённая	70	10,6	3,7	8,0	108	328	70	10,6	3,7	8,0	108	328
Пюре картофельное	110	2,3	2,4	15	91	262	130	2,7	2,9	17,8	108	263
Отварши повника	160	0,4	0,2	16,3	68	341	180	0,4	0,2	17,8	74	327
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210
Хлеб ржаной	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63	212
<b>Полдник</b>												
Печенье сахарное	40	3	4,7	29,8	174	264	60	4,5	7,1	44,6	260	265
Кисель фруктовый	180	0,2	0	19,2	78	267	190	0,2	0	20,4	83	332
<b>итого за 5 день</b>	<b>1240</b>	<b>31,5</b>	<b>32,1</b>	<b>165,7</b>	<b>1076</b>		<b>1420</b>	<b>35,9</b>	<b>37,5</b>	<b>198,6</b>	<b>1276</b>	

