



МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа
Меню на 27 апреля 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 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
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
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
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 "Тормосиновская СШ" дошкольная группа
Меню на 28 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		
		Возраст 1-3 лет					Возраст 3-7 лет					
Завтрак												
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
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
Рагу из овощей	130	1,9	6,6	14,2	124	296	150	2,2	7,3	16,2	139	299
Компот из вишнюсушеной	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
Полдник												
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
Итого за 2 день	1165	25,9	24,3	140,7	883		1370	29,3	27,2	162,3	1010	



МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа
Меню на 29 апреля 2026 года



наименование блюда	вес блюд а в грам м.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	№ рецепту ры	вес блюд а в грамм	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		белки	жиры	углевод ы				белки	жиры	углевод ы		
Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет						
Завтрак												
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
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 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
Полдник												
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
итого за 3 день	1285	46,7	52,6	154,3	1267		1440	49,9	54,6	172	1371	



**МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа
Меню на 30 апреля 2026 года**



наименование блюда	вес блю да в грам м.	пищевые вещества, гр.			энерг етиче ская ценно сть Ккал.	№ рецеп туры	вес блю да в грам м.	пищевые вещества, гр.			энергети ческая ценность Ккал	№ рецептур ы
		белки	жир ы	углев оды				белки	жиры	углев оды		
	Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет					
Завтрак												
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
Второй завтрак												
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	230	100	0,4	0,4	9,8	44	230
Обед												
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
Полдник												
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	

