



МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа
Меню на 25мая 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 26 мая 2026 года



наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал.	№ рецепт- уры	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 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
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 27 мая 2026 года



наименование блюда	вес блюд а в грам м.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	№ рецепту ры	вес блюда в грамм	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры	
		белки	жиры	углевод оды				белки	жиры	углевод ы			
		Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет					
Завтрак													
<i>Каша молочная манная жидкая</i>	150	4,1	4,4	23,2	149	219	180	5	5,3	28,1	180	335	
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0	7,2	0,1	66	232	10	0	7,2	0,1	66	232	
<i>Чай чёрный с сахаром</i>	180	0	0	9	36	214	180	0	0	9	36	214	
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210	
Второй завтрак													
<i>Продукт кисломолочный «Снежок»</i>	100	3,0	2,5	10,0	74	270	100	3,0	2,5	10,0	74	270	
Обед													
<i>Морковь свежая</i>	30	0,4	0	2,2	10	227	50	0,6	0	3,6	17	228	
<i>Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью</i>	150	2,3	3,7	10,2	83	311	180	2,6	4,3	11,8	96	308	
<i>Биточек куриный</i>	80	12	19,1	3,8	235	102	80	12	19,1	3,8	235	102	
<i>Картофель по-деревенски</i>	130	5,2	4,8	24,8	155	261	130	5,2	4,8	24,8	155	261	
<i>Фиточай каркаде с сахаром</i>	150	0	0	7,5	30	220	180	0	0	9	36	222	
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210	
<i>Хлеб ржаной</i>	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63	212	
Полдник													
<i>Сырники из творога</i>	80	11,7	7,2	19,6	190	248	80	11,7	7,2	19,6	190	248	
<i>Какао на молоке</i>	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 28мая 2026 года



Организация осуществляющая питание:
 И.П. Юмагулова Я.С.

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					
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>Салатовощной «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>Гуляшиизмясаптицы</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>Компотизсухофруктов</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>Хлебржаной</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 29 мая 2026 года



Организация осуществляющая питание:
 И.П. Юмагулова Я.С.

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						
Завтрак												
<i>Каша молочно-рисовая жидкая</i>	150	3,5	4,8	20,5	139	200	180	4,1	5,8	24,4	166	336
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0	7,2	0,1	66	232	10	0	7,2	0,1	66	232
<i>Чай чёрный с сахаром</i>	165	0	0	8,3	33	217	180	0	0	9	36	214
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210
Второй завтрак												
<i>Продукт кисломолочный «Снежок»</i>	100	3,0	2,5	10,0	74	270	100	3,0	2,5	10,0	74	270
Обед												
<i>Салат из свежих помидоров и огурцов</i>	30	0,3	2	1	23	312	50	0,4	2,8	1,6	33	313
<i>Суп картофельный с фасолью</i>	150	2,4	3,3	9,3	76	319	180	2,8	3,9	11,1	91	320
<i>Рыба (филе) в тесте запечённая</i>	70	10,6	3,7	8,0	108	328	70	10,6	3,7	8,0	108	328
<i>Пюре картофельное</i>	110	2,3	2,4	15	91	262	130	2,7	2,9	17,8	108	263
<i>Отварши повника</i>	160	0,4	0,2	16,3	68	341	180	0,4	0,2	17,8	74	327
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210
<i>Хлеб ржаной</i>	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63	212
Полдник												
<i>Печенье сахарное</i>	40	3	4,7	29,8	174	264	60	4,5	7,1	44,6	260	265
<i>Кисель фруктовый</i>	180	0,2	0	19,2	78	267	190	0,2	0	20,4	83	332
итого за 5 день	1240	31,5	32,1	165,7	1076		1420	35,9	37,5	198,6	1276	