



МКОУ «Тормосиновская СШ» дошкольная группа

Меню на 8 июня 2026 г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	№ рецепту ры
		белки	жиры	углево ды			белки	жиры	углево ды		
		Возраст 1- 3 лет					Возраст 3-7 лет				
		Завтрак									
Каша молочная овсяная жидкая	170	4,8	6,3	21	160	170	4,8	6,3	21	160	351
Булочка сдобная	50	4,4	5,2	27,4	174	50	4,4	5,2	27,4	174	269
Чай чёрный с сахаром	180	0	0	9	36	180	0	0	9	36	214
		Второй завтрак									
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	100	0,4	0,4	9,8	44	230
		Обед									
Салат Витаминный с растительным маслом	50	0,5	7,6	5,1	91	50	0,5	7,6	5,1	91	244
Суп картофельный с рисом	180	1,3	4,3	9,2	80	180	1,3	4,3	9,2	80	284
Биточек куриный с подливой (80/20)	100	12,2	20,8	5,4	258	100	12,2	20,8	5,4	258	356
Изделия макаронные отварные	130	4,3	3,4	25,9	151	130	4,3	3,4	25,9	151	256
Чай чёрный с лимоном и сахаром	180	0	0	9,1	36	180	0	0	9,1	36	226
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	25	2	0,4	9	47	209
Хлеб ржаной	25	1,8	0,5	10,2	52	25	1,8	0,5	10,2	52	211
		Полдник									
Блинчики с вареной сгущёнкой	80	3	8,6	28,7	204	80	3	8,6	28,7	204	273
Час с молоком и сахаром	180	1	1,1	11,7	60	180	1	1,1	11,7	60	350
итого за 8 день	1450	35,7	58,6	181,5	1393	1450	35,7	58,6	181,5	1393	



МКОУ «Тормосиновская СШ» дошкольная группа

Меню на 9 июня 2026 г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	№ рецепту ры
		белк и	жиры	углево ды			белки	жиры	углеводы		
	Возраст 1- 3 лет					Возраст 3-7 лет					
	Завтрак										
<i>Каша молочная рисовая жидкая</i>	170	4	5,4	23,1	157	170	4	5,4	23,1	157	352
<i>Булочка сдобная</i>	50	4,4	5,2	27,4	174	50	4,4	5,2	27,4	174	269
<i>Чай чёрный с сахаром</i>	180	0	0	9	36	180	0	0	9	36	214
	Второй завтрак										
<i>Печенье сахарное</i>	40	3	4,7	29,8	174	40	3	4,7	29,8	174	264
<i>Фиточай каркаде с сахаром</i>	180	0	0	9	36	180	0	0	9	36	222
	Обед										
<i>Салат из отварной свёклы с яблоком</i>	50	0,5	5	6,3	73	50	0,5	5	6,3	73	346
<i>Суп картофельный с клёцками</i>	180	3,7	4,6	17,2	125	180	3,7	4,6	17,2	125	323
<i>Рагу из овощей</i>	150	2,2	7,3	16,2	139	150	2,2	7,3	16,2	139	299
<i>Отвар шиповника</i>	180	0,4	0,32	17,8	74	180	0,4	0,32	17,8	74	327
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	25	2	0,4	9	47	25	2	0,4	9	47	209
<i>Хлеб ржаной</i>	25	1,8	0,5	10,2	52	25	1,8	0,5	10,2	52	211
	Полдник										
<i>Оладьи</i>	80	5,4	6,3	32,5	208	80	5,4	6,3	32,5	208	250
<i>Кисель вишнёвый</i>	180	0	0	17,2	69	180	0	0	17,2	69	367
итого за 9 день	1490	27,4	39,6	224,7	1364	1490	27,4	39,6	224,7	1364	



МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 10 июня 2026 г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	№ рецепту ры
		белк и	жиры	углево ды			белки	жиры	углеводы		
		Возраст 1- 3 лет					Возраст 3-7 лет				
		Завтрак									
<i>Каша молочная ячневая жидкая</i>	170	4,3	5	25,1	163	170	4,3	5	25,1	163	353
<i>Булочка сдобная</i>	50	4,4	5,2	27,4	174	50	4,4	5,2	27,4	174	269
<i>Чай чёрный с сахаром</i>	180	0	0	9	36	180	0	0	9	36	214
		Второй завтрак									
<i>Вафли с начинкой</i>	40	1,6	10,4	25,2	201	40	1,6	10,4	25,2	201	330
<i>Отвар шиповника</i>	180	0,4	0,32	17,8	74	180	0,4	0,32	17,8	74	327
		Обед									
<i>Салат овощной Свежесть</i>	50	0,7	3	2,8	42	50	0,7	3	2,8	42	280
<i>Борщ со свежей капустой и картофелем</i>	180	2	6,2	11,3	109	180	2	6,2	11,3	109	361
<i>Фрикассе из курицы</i>	70	12,9	2,1	1,9	78	70	12,9	2,1	1,9	78	337
<i>Изделия макаронные отварные</i>	130	4,3	3,4	25,9	151	130	4,3	3,4	25,9	151	256
<i>Компот из вишни сушёной</i>	180	0	0	14	56	180	0	0	14	56	272
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	25	2	0,4	9	47	25	2	0,4	9	47	209
<i>Хлеб ржаной</i>	25	1,8	0,5	10,2	52	25	1,8	0,5	10,2	52	211
		Полдник									
<i>Сырники из творога</i>	80	11,7	7,2	19,6	190	80	11,7	7,2	19,6	190	248
<i>Чай чёрный с лимоном и сахаром</i>	180	0	0	9,1	36	180	0	0	9,1	36	226
итого за 10 день	1540	46,1	43,6	208,3	1409	1540	46,1	43,6	208,3	1409	



МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 11 июня 2026 г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	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										
Суп молочный с вермишелью	170	3,5	4,3	17,9	124	170	3,5	4,3	17,9	124	354	
Булочка сдобная	50	4,4	5,2	27,4	174	50	4,4	5,2	27,4	174	269	
Чай чёрный с сахаром	180	0	0	9	36	180	0	0	9	36	214	
		Второй завтрак										
Печенье сахарное	40	3	4,7	29,8	174	40	3	4,7	29,8	174	264	
Чай чёрный с лимоном и сахаром	180	0	0	9,1	36	180	0	0	9,1	36	226	
		Обед										
Салат из квашеной капусты с луком	50	0,8	2,5	4,8	45	50	0,8	2,5	4,8	45	315	
Гренки из пшеничного хлеба	20	2,1	2,4	9,3	67	20	2,1	2,4	9,3	67	365	
Суп картофельный с горохом	180	3,8	4,0	13,4	105	180	3,8	4,0	13,4	105	318	
Плов куриный	150	10,2	12,4	22,1	208	150	10,2	12,4	22,1	208	326	
Компот из сухофруктов	180	0	0	9	36	180	0	0	9	36	241	
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	25	2	0,4	9	47	209	
Хлеб ржаной	25	1,8	0,5	10,2	52	25	1,8	0,5	10,2	52	211	
		Полдник										
Блинчики с вареной сгущёнкой	80	3	8,6	28,7	204	80	3	8,6	28,7	204	273	
Час с молоком и сахаром	180	1	1,1	11,7	60	180	1	1,1	11,7	60	350	
итого за 11 день	1510	35,6	46,1	211,4	1368	1510	35,6	46,1	211,4	1368		

