Утверждаю
Директор Попова О.В.

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

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 05 октября 2026г.

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		
	1-3 лет					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 6 день	1450	35,7	58,6	181,5	1393	1450	35,7	58,6	181,5	1393	

Утверждаю
Директор Попова О.В

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

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 06 октября 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		
	1-3 лет					3-7 лет					
	Завтрак										
Каша молочная рисовая жидкая	*170*	*4*	*5,4*	*23,1*	*157*	*170*	*4*	*5,4*	*23,1*	*157*	*352*
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*
Фиточайкаркадэ с сахаром	*180*	*0*	*0*	*9*	*36*	*180*	*0*	*0*	*9*	*36*	*222*
	Обед										
Салат из отварной свёклы с яблоком	*50*	*0,5*	*5*	*6,3*	*73*	*50*	*0,5*	*5*	*6,3*	*73*	*346*
Суп картофельный с клёцками	*180*	*3,7*	*4,6*	*17,2*	*125*	*180*	*3,7*	*4,6*	*17,2*	*125*	*323*
Рагу из овощей	*150*	*2,2*	*7,3*	*16,2*	*139*	*150*	*2,2*	*7,3*	*16,2*	*139*	*299*
Отвар шиповника	*180*	*0,4*	*0,32*	*17,8*	*74*	*180*	*0,4*	*0,32*	*17,8*	*74*	*327*
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										
Оладьи	*80*	*5,4*	*6,3*	*32,5*	*208*	*80*	*5,4*	*6,3*	*32,5*	*208*	*250*
Кисель вишнёвый	*180*	*0*	*0*	*17,2*	*69*	*180*	*0*	*0*	*17,2*	*69*	*367*
итого за 7 день	*1490*	*27,4*	*39,6*	*224,7*	*1364*	*1490*	*27,4*	*39,6*	*224,7*	*1364*	





МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 07 октября 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		
	1-3 лет					3-7 лет					
	Завтрак										
Каша молочная ячневая жидкая	*170*	*4,3*	*5*	*25,1*	*163*	*170*	*4,3*	*5*	*25,1*	*163*	*353*
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										
Вафли с начинкой	*40*	*1,6*	*10,4*	*25,2*	*201*	*40*	*1,6*	*10,4*	*25,2*	*201*	*330*
Отвар шиповника	*180*	*0,4*	*0,32*	*17,8*	*74*	*180*	*0,4*	*0,32*	*17,8*	*74*	*327*
	Обед										
Салат овощной Свежесть	*50*	*0,7*	*3*	*2,8*	*42*	*50*	*0,7*	*3*	*2,8*	*42*	*280*
Борщ со свежей капустой и картофелем	*180*	*2*	*6,2*	*11,3*	*109*	*180*	*2*	*6,2*	*11,3*	*109*	*361*
Фрикассе из курицы	*70*	*12,9*	*2,1*	*1,9*	*78*	*70*	*12,9*	*2,1*	*1,9*	*78*	*337*
Изделия макаронные отварные	*130*	*4,3*	*3,4*	*25,9*	*151*	*130*	*4,3*	*3,4*	*25,9*	*151*	*256*
Компот из вишни сушёной	*180*	*0*	*0*	*14*	*56*	*180*	*0*	*0*	*14*	*56*	*272*
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										
Сырники из творога	*80*	*11,7*	*7,2*	*19,6*	*190*	*80*	*11,7*	*7,2*	*19,6*	*190*	*248*
Чай чёрный с лимоном и сахаром	*180*	*0*	*0*	*9,1*	*36*	*180*	*0*	*0*	*9,1*	*36*	*226*
итого за 8 день	*1540*	*46,1*	*43,6*	*208,3*	*1409*	*1540*	*46,1*	*43,6*	*208,3*	*1409*	

Утверждаю
Директор Попова О.В.

Организация осуществляющая питание:
ИП Юматулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 08 октября 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		
	1-3 лет					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 9 день	1510	35,6	46,1	211,4	1368	1510	35,6	46,1	211,4	1368	





МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 09 октября 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		
	1-3 лет					3-7 лет					
	Завтрак										
Каша молочная манная жидкая	*170*	*4,7*	*5*	*26,2*	*168*	*170*	*4,7*	*5*	*26,2*	*168*	*198*
Булочка сдобная	*50*	*4,4*	*5,2*	*27,4*	*174*	*50*	*4,4*	*5,2*	*27,4*	*174*	*269*
Какао на молоке	*180*	*2,6*	*2,8*	*18,4*	*109*	*180*	*2,6*	*2,8*	*18,4*	*109*	*238*
	Второй завтрак										
Яблоко	*100*	*0,4*	*0,4*	*9,8*	*44*	*100*	*0,4*	*0,4*	*9,8*	*44*	*230*
	Обед										
Салат из моркови и яблок	*50*	*0,4*	*5,1*	*5,8*	*71*	*50*	*0,4*	*5,1*	*5,8*	*71*	*348*
Суп картофельный с макаронными изделиями	*180*	*2,2*	*4,3*	*15,2*	*108*	*180*	*2,2*	*4,3*	*15,2*	*108*	*366*
Филе рыбы запечённое	*70*	*11,8*	*10,9*	*4,6*	*164*	*70*	*11,8*	*10,9*	*4,6*	*164*	*355*
Пюре картофельное	*130*	*2,7*	*2,9*	*17,8*	*108*	*130*	*2,7*	*2,9*	*17,8*	*108*	*263*
Фиточайкаркадэ с сахаром	*180*	*0*	*0*	*9*	*36*	*180*	*0*	*0*	*9*	*36*	*222*
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										
Оладьи	*80*	*5,4*	*6,3*	*32,5*	*208*	*80*	*5,4*	*6,3*	*32,5*	*208*	*250*
Отвар шиповника	*180*	*0,4*	*0,32*	*17,8*	*74*	*180*	*0,4*	*0,32*	*17,8*	*74*	*327*
итого за 10 день	*1420*	*38,8*	*44*	*203,7*	*1363*	*1420*	*38,8*	*44*	*203,7*	*1363*	