Утверждаю:
Директор Попова Н.В.

Организация осуществляющая питание:
ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 12 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 1 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:
ИП Юматулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 13 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 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 2 день	1490	27,4	39,6	224,7	1364	1490	27,4	39,6	224,7	1364	

Утверждаю
Директор Попова О.В

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

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 14 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 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
Компот из вишни сушёной	180	0	0	14	56	180	0	0	14	56	272
	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
Гречка по-купечески	150	10,4	11,5	23,05	239	150	10,4	11,5	23,05	239	362
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										
Сырники из творога	80	11,7	7,2	19,6	190	80	11,7	7,2	19,6	190	248
Фиточайкаркадэ с сахаром	180	0	0	9	36	180	0	0	9	36	222
итого за 3 день	1490	38,9	49,4	195,2	1381	1490	38,9	49,4	195,2	1381	





МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 15 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*
Час с молоком и сахаром	*180*	*1*	*1,1*	*11,7*	*60*	*180*	*1*	*1,1*	*11,7*	*60*	*350*
	Обед										
Салат из квашеной капусты с луком	*50*	*0,8*	*2,5*	*4,8*	*45*	*50*	*0,8*	*2,5*	*4,8*	*45*	*315*
Суп картофельный с пшеном	*180*	*1,6*	*4,4*	*10,1*	*86*	*180*	*1,6*	*4,4*	*10,1*	*86*	*300*
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*
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*
Отвар шиповника	*180*	*0,4*	*0,32*	*17,8*	*74*	*180*	*0,4*	*0,32*	*17,8*	*74*	*327*
итого за 4 день	*1540*	*36*	*45,7*	*207,8*	*1384*	*1540*	*36*	*45,7*	*207,8*	*1384*	

Утверждаю
Директор Попова О.В.

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

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 16 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*
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 из моркови и яблок	*50*	*0,4*	*5,1*	*5,8*	*71*	*50*	*0,4*	*5,1*	*5,8*	*71*	*348*
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	*100*	*12,2*	*20,8*	*5,4*	*258*	*100*	*12,2*	*20,8*	*5,4*	*258*	*356*
Кисель вишнёвый	*180*	*0*	*0*	*17,2*	*69*	*180*	*0*	*0*	*17,2*	*69*	*367*
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 5 день	*1390*	*35,6*	*41,9*	*209,7*	*1355*	*1390*	*35,6*	*41,9*	*209,7*	*1355*	