Утверждаю
Директор Попова А.В.

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

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 09 ноября 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 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:
И.П. Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на10 ноября 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 С.В.

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

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 11 ноября 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*	

Утверждаю:
Директор Попова О.В.

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

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 12 нбоября 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 13 ноября 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 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	