



МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 16 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 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 17 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 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 18 ноября *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:
И.П. Юмагулова Я.С.

МКОУ "Тормосиновская СШ" дошкольная группа

Меню на 19 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										
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 20 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 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*	