Организация осуществляющая питание ИП Юмагулова Я.С.
/Юмагулова Я.С./

УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ "Нижнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 21 сентября *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 8 день	*1450*	*35,7*	*58,6*	*181,5*	*1393*	*1450*	*35,7*	*58,6*	*181,5*	*1393*	

МКОУ "Нижнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 22 сентября *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*
Фиточай каркадэ 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 9 день	*1490*	*27,4*	*39,6*	*224,7*	*1364*	*1490*	*27,4*	*39,6*	*224,7*	*1364*	

Организация осуществляющая питание ИП Юмагулова Я.С.
/Юмагулова Я.С./

УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ "Нижнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 23 сентября *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 10 день	*1540*	*46,1*	*43,6*	*208,3*	*1409*	*1540*	*46,1*	*43,6*	*208,3*	*1409*	

Организация осуществляющая питание ИП Юмагулова Я.С.
/Юмагулова Я.С./

УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ "Нижнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 24 сентября *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 11 день	*1510*	*35,6*	*46,1*	*211,4*	*1368*	*1510*	*35,6*	*46,1*	*211,4*	*1368*	

МКОУ "Нижнегнутовская" дошкольная группа

Меню на 25 сентября *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*
Фиточай каркадэ 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 12 день	*1420*	*38,8*	*44*	*203,7*	*1363*	*1420*	*38,8*	*44*	*203,7*	*1363*	