Организация осуществляющая питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ "Нижнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 1 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	

Организация осуществляющая питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ "Нижнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 2 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	