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

УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ "Нижнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 19 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 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*	

Организация осуществляющая питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ "Нижнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 20 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 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 21 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 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 22 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
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	

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

УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ "Нижнегнутовская" дошкольная группа

Меню на 23 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
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	