

Утверждаю:

Директор Ряснова И.Д.

ИП Юмагулова Я.С.

МКОУ "Волоцкая СШ" дошкольная группа

Меню на 01 сентября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в граммах		пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамины С	вес блюда в граммах	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамины С	
	грамм.	в	белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углевод			
						возраст 1-3 лет						возраст 3-7 лет		
Завтрак														
Каша жидкая манная с молоком и маслом	150		7,12	8,13	27,02	208,75	2,34	200	7,12	8,13	27,02	208,75	2,34	185
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/5		5,83	8,24	15,06	160,5	0,24	30/5/15	5,83	8,24	15,06	160,5	0,24	3
Чай с сахаром	150		0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	180	0,14	0,035	8,0	30,32	0,07	392
Второй завтрак														
Яблоко	115		0,46	0,46	11,27	51,75	18,9	115	0,46	0,46	11,27	51,75	18,9	368
Обед														
Салат из белокочанной капусты	40		0,56	2,03	3,46	0,61	13,98	60	0,84	3,05	5,19	0,92	20,97	20
Суп рассольник Ленинградский	150		1,36	3,95	10,03	90,53	9,3	200	1,81	5,27	13,37	120,7	12,4	76
Комплетта куриная	60		16,9	16,01	9,87	249,25	0,56	70	16,9	16,01	9,87	249,25	0,56	282
Каши гречневая рассыпчатая	120		5,92	5,36	28,3	185,6	0	150	7,4	6,7	35,4	232	0	627
Компот из смеси сухофруктов	150		0,16	0	11,48	44,29	0,14	180	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376
Хлеб ржаной	30		2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2,5	0,4	12,9	65,2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	14		2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2,34	0,27	15	73,5	0	
Полдник														
Молоко кипячёное	150		5,9	6,4	9,6	122	2,6	200	5,9	6,4	9,6	122	2,6	400
Печенье	45		3,7	4,4	37,8	213	0	45	3,7	4,4	37,8	213	0	
итого за 1 день	1214		52,56	55,755	185,82	1463,02	48,11	1498	55,1	59,365	211,96	1572,18	58,22	



Утверждаю:

Директор Ряснова И.Д.

МКОУ "Волоцкая СШ" дошкольная группа

Меню на 02 сентября 2025г.

Организация осуществляющая питание:
ИП Юмагулова Я.С.



наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамин С
		белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы		
Возраст 3-7 лет												
Завтрак												
Каши жидкая геркулес	150	7,11	8,68	24,74	204,9	2,0	200	7,11	8,68	24,74	204,9	2,0
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	180	0,14	0,035	8,0	30,32	0,07
Второй завтрак												
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200	0	0	23	92	3,75
Обед												
Борщ со св. капустой, картофелем и фасолью	150	3,67	7,5	27,15	190,5	4,71	200	4,9	10	36,2	254	6,28
Вареники с творогом	180	17,8	4,57	32,81	243,9	0	200	19,8	5,08	36,45	271	0
Кисель из повидла	150	0,04	0	15,93	62,99	0,04	180	0,008	0	15,93	56,68	0,025
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2,5	0,4	12,9	65,2	0
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2,34	0,27	15	73,5	0
Полдник												
Продукт кисломолочный	150	5,22	4,5	7,2	90	1,26	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26
Пирожок печеный	50	5,5	5,83	28,94	181,66	0,025	50	5,5	5,83	28,94	181,66	0,025
Итого за 2 день	1251	47,31	39,375	199,84	1322,29	11,835	1488	49,938	32,315	226,49	1458,86	13,41

№ 3092456/01/18
Ряснова Яна Сергеевна

МКОУ "Волоцкая СШ" дошкольная группа

Меню на 03 сентября 2025г.

наименование блюда	пищевые вещества, гр.		энергетическая ценность Ккал.	витамины С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.		энергетическая ценность Ккал	витамины С	№ рецептур
	белки	жиры				белки	жиры			

Возраст 1-3 лет

Возраст 3-7 лет

Завтрак

Омлет натуральный	80	3,92	6,55	1,16	79,24	0,25	85	3,92	6,55	1,16	79,24	0,25	215
Икра кабачковая консервированная	40	1,1	5,3	4,6	71,4	4,2	60	1,1	5,3	4,6	71,4	4,2	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	180	3,25	3,29	12,68	88,32	1,3	395
Кофейный напиток с молоком	150	3,1	3,27	12,68	88,32	1,3	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	1

Второй завтрак

Яблоко	115	0,46	0,34	10,9	48,3	5,75	115	0,46	0,34	10,9	48,3	5,75	368
--------	-----	------	------	------	------	------	-----	------	------	------	------	------	-----

Обед

(Овощи по сезону) салат «Свежесть»	40	0,6	4,04	1,76	46		60	0,9	6,06	2,64	69		ТТК 56
Суп гороховый	150	4	4,19	14,47	99,93	8,55	200	5,34	5,59	19,29	133,24	11,4	81
Макаронные изделия отварные	120	4,4	3,38	21,1	132,4	0	155	5,68	4,36	27,25	171	0	205
Гуляш из отварного мяса	65	15,66	13,97	3,97	201,64	2,69	75	15,66	13,97	3,97	201,64	2,69	277
Компот из смеси сухофруктов	150	0,16	0	11,48	44,29	0,14	180	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2,5	0,4	12,9	65,2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2,34	0,27	15	73,5	0	

Полдник

Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200			22,5	92	3,75	
Вафли	50	1,4	1,7	38,7	177		50	1,4	1,7	38,7	177		
Итого за 3 день	1231	42,67	51,01	173,88	1314,12	26,63	1468	43,73	53,65	198,2	1453,73	29,48	

Утверждаю:
 Директор Ряснова И.Д.

 МКОУ «ВОЛОЦКАЯ СШ»

Юмагулова Яна Сергеевна
 ИП Юмагулова Я.С
 ИНН 3433333333
 ОГРН 3433333333
 ОГРНИП 3433333333
 ОГРЮЛ 3433333333
 ОГРПД 3433333333
 ОГРПМ 3433333333
 ОГРПТ 3433333333
 ОГРПВ 3433333333
 ОГРПЗ 3433333333
 ОГРПБ 3433333333
 ОГРПН 3433333333
 ОГРПД 3433333333
 ОГРПМ 3433333333
 ОГРПТ 3433333333
 ОГРПВ 3433333333
 ОГРПЗ 3433333333
 ОГРПБ 3433333333
 ОГРПН 3433333333

МКОУ "Волоцкая СШ" дошкольная группа

Меню на 04 сентября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.			пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамины С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамины С	рецептурные уры
	белки	жиры	углеводы	белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы			
Завтрак															
Второй завтрак															
Каши жидкая пшеничная с молоком и маслом	150	7,55	7,8	31,71	226	2,15	205	7,94	8,06	32,12	163,34	2,3	185		
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	40	2,42	7,52	15,13	139,6	0	1		
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	180	0,14	0,03	8,0	30,32	0,07	392		
Обед															
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200			23	92	3,75			
Овощи по сезону (огурцы)	40	0,5	0,1	1,5	8,1	6	60	0,9	0	1,8	10,9	3,2	82		
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	2,66	4,38	19,68	131,75	19,5	200	2,66	4,38	19,68	131,75	19,5			
Каши рассыпчатая рисовая	120	3,51	1,95	35,72	178,22	0	150	3,51	1,95	35,72	178,22	0	313		
Печень по-строгановски	60	3,6	11,4	2,64	127,08	0	100	6	19	4,4	211,8	0	507		
Компот из смеси сухофруктов	150	0,16	0	11,48	44,29	0,14	180	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376		
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2,5	0,4	12,9	65,2	0			
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2,34	0,27	15	73,5	0			
Полдник															
Йогурт	100	2,1	5,0	14,9	115		100	2,1	5,0	14,9	115				
Печенье	45	3,7	4,4	37,8	213	0	45	3,7	4,4	37,8	213	0			
Итого за 4 день	1236	29,7	43,325	215,5	1391,78	31,59	1528	34,37	51,01	231,93	1468,92	28,96			



Утверждаю:

Директор Ряснова И.Д.

МКОУ

МКОУ "Волоцкая СШ" дошкольная группа

Меню на 05 сентября 2025г.

МКОУ "Волоцкая СШ" дошкольная группа

Меню на 05 сентября 2025г.

ИП Юмагулова Я.С.

Организация осуществляющая питание:



наименование блюда	пищевые вещества, гр.			вес блюда в грамм.	витамины С	энергетическая ценность Ккал.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	рецепты	
	белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы			
												белки
Возраст 1-3 лет												
Завтрак												
Суп молочный гречневый	150	4,48	4,11	12,81	0,68	106,2	5,97	5,48	17,08	141,6	0,91	94
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/5	5,83	8,24	15,06	0,24	160,5	4,73	6,88	14,56	139	0,07	3
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	0,05	22,74	0,14	0,03	8,0	30,32	0,07	392
Второй завтрак												
Яблоко	115	0,46	0,34	10,9	5,75	48,3	0,46	0,34	10,9	48,3	5,75	368
Обед												
(Овощи по сезону) салат из свежих огурцов	40	0,3	2,4	0,97	3,8	26,93	0,45	3,65	1,45	40,4	5,7	13
Борщ со св. капустой, картофелем и фасолью	150	3,67	7,5	27,15	4,71	190,5	4,9	10	36,2	254	6,28	63
Картофельное пюре	120	2,76	3,23	18,82	22,15	129,11	2,76	3,23	18,82	129,11	22,15	321
Рыба тушеная с овощами	60	18,83	5,03	2,96	5,94	133	18,83	5,03	2,96	133	5,94	247
Компот из смеси сухофруктов	150	0,16	0	11,48	0,14	44,29	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	0	65,2	2,5	0,4	12,9	65,2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	0	48,8	2,34	0,27	15	73,5	0	
Полдник												
Чай с лимоном	150/10/7	0,1	0,02	8,5	2,36	34,16	0,12	0,02	10,20	41	2,83	393
Вафли	50	1,4	1,7	38,7		177	1,4	1,7	38,7	177		
Итого за 5 день	1236	42,64	33,345	175,29	45,82	1186,73	44,76	37,03	198,25	1316,72	49,84	