

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова
«31» марта 2023 г



Меню Запреля 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	4,872	44,68	234,08
<i>Итого за день:</i>		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А. Карданова
«31» марта 2023 г.

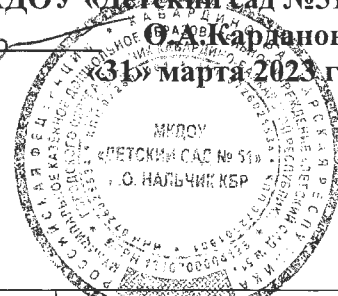


Меню 4апреля. 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		240	10,67	12,8	24,18	253,18
<i>Итого за день:</i>		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карданова
 «31» марта 2023 г...

Меню
5 апреля 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшеничный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	26,6	25,2	81,27	674
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Кардацова
«31» марта 2023 г.

Меню
бапреля 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»


О.А. Карданова
«31» марта 2023 г.

Меню
7 апреля 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого за полдник:		330	7,68	8,2	42,36	259,88
Итого за день:		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова

«30» сентября 2022 г.



Меню

3 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «30» сентября 2022 г



Меню 4 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карданова
 «30» сентября 2022 г.



Меню 5 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
		150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Компот из свежих яблок					
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник		70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Ватрушка с творогом					
	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова
«30» сентября 2022 г.



Меню ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«30» сентября 2022 г.



Меню 7 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«2» декабря 2022 г.



Меню

5 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	4,872	44,68	234,08
<i>Итого за день:</i>		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «2» декабря 2022 г.



Меню
6 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		240	10,67	12,8	24,18	253,18
<i>Итого за день:</i>		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «2» декабря 2022 г.



Меню
7 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшеничный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
		Хлеб	50	6,7	1,5	15
	Итого за обед		500	26,6	25,2	81,27
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«2» декабря 2022 г.



Меню 8 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова

«2» декабря 2022 г.



Меню
9 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		330	7,68	8,2	42,36	259,88
<i>Итого за день:</i>		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карданова
 «3» марта 2023 г.



Меню
6 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«3» марта 2023 г.

Меню
«7» марта. 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого за полдник:		240	10,67	12,8	24,18	253,18
Итого за день:		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карланова
 «3» марта 2023 г.



Меню 9 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова
«3» марта 2023 г.

Меню
10 марта 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого за полдник:		330	7,68	8,2	42,36	259,88
Итого за день:		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова



Меню

7 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	4,872	44,68	234,08
<i>Итого за день:</i>		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«2» ноября 2022 г.



Меню 8 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>			8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		240	10,67	12,8	24,18	253,18
<i>Итого за день:</i>		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«2» ноября 2022 г.



Меню 9 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшеничный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
	Итого за обед	500	26,6	25,2	81,27	674
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«2» ноября 2022 г.



Меню

10 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

Утверждаю
О.А.Карданова
«2» ноября 2022 г..



Меню
11 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)	
			Б	Ж	У		
<i>Неделя 1</i>							
День 5							
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149	
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88	
	Хлеб	30	4,5	1	11	76	
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66	
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40	
<i>Итого за завтрак:</i>			440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14	
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17	
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3	
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108	
<i>Итого за обед:</i>			430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143	
	Чай	150	0	0	12	40,88	
	Хлеб	30	4,5	1	11	76	
<i>Итого за полдник:</i>			330	7,68	8,2	42,36	259,88
<i>Итого за день:</i>			1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«30» декабря 2022 г.



Меню
9 ЯНВАРЯ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	4,872	44,68	234,08
<i>Итого за день:</i>		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «30» декабря 2022 г.

Меню
10 января 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		240	10,67	12,8	24,18	253,18
<i>Итого за день:</i>		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «30» декабря 2022 г.



Меню

11 января 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшениный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	26,6	25,2	81,27	674
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «30» декабря 2022 г.



Меню 12 января 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «30» декабря 2022 г..



Меню 13 января 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого за полдник:		330	7,68	8,2	42,36	259,88
Итого за день:		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карланова
 «5» мая 2023 г



Меню
10 мая 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
		150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Компот из свежих яблок					
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник		70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Ватрушка с творогом					
	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «5» мая 2023 г.



Меню 11 мая 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«5» мая 2023 г



Меню 12 мая 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А. Карданова



Меню
10 апреля 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

 О.А.Карданова
 11 апреля 2023 г.

Меню 11 апреля 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	30	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	100	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		60	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова
07 апреля 2023 г

Меню
12 апреля 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес когда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)	
			Б	Ж	У		
<i>Неделя 1</i>							
День 3							
завтрак:	Каша молочная ячневая		3,18	7,2	19,36	143	
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88	
	Хлеб	30	4,5	1	11	76	
	Масло сливочное порционное		0,08	7,25	0,13	66	
2 завтрак	яблоко		0,4	0,4	9,8	44,40	
Итого за завтрак			8,16	15,85	52,29	370,28	
обед:	Борщ со сметаной		1,082	2,79	7,92	73,69	
	Котлета куриная		17,7	19,8	12	311,3	
	Гарнир рис отварной		2,43	3,58	24,46	139,8	
	Компот из свежих яблок	0	0,396	0,018	24,98	101,7	
	Хлеб		6,7	1,5	15	108	
Итого за обед			28,308	27,688	84,36	734,49	
полдник			8,38	2,31	26,39	158	
Итого за полдник	Ватрушка с творогом						
	Чай		0	0	12	40,88	
			8,38	2,31	38,39	199,2	
Итого за день:			0	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая		3,18	7,2	19,36	143	

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карданова
 13 апреля 2023 г

Меню
13 апреля 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак			8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед			20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник			6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:			35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

«7» апреля 2023 г



Меню
14 апреля 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	100	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	30	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		530	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	30	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		180	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карданова
 «7» октября 2022 г.



Меню

10 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«7» октября 2022 г.



Меню 11 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		240	10,67	12,8	24,18	253,18
<i>Итого за день:</i>		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «7» октября 2022 г.



Меню
12 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)	
			Б	Ж	У		
<i>Неделя 1</i>							
День 3							
завтрак:	Суп молочный пшениный	150	4,15	4,45	22,3	154	
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88	
	Хлеб	30	4,5	1	11	76	
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40	
Итого за завтрак			440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8	
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5	
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7	
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108	
	Итого за обед		500	26,6	25,2	81,27	674
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158	
	Чай	150	0	0	12	40,88	
Итого за полдник			220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день			1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
17 октября 2022 г.



Меню
13 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

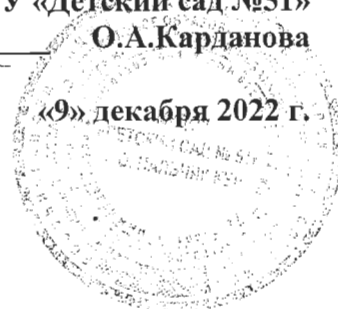
Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А. Карданова
17 октября 2022 г.

Меню
14 октября 2022 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		330	7,68	8,2	42,36	259,88
<i>Итого за день:</i>		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова



Меню
12 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«9» декабря 2022 г

Меню
13 декабря 2022 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «9» декабря 2022 г.



Меню 14 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
		150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Компот из свежих яблок					
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник		70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Ватрушка с творогом					
	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
<i>Итого за день:</i>		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«9» декабря 2022 г.



Меню

15 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карданова
 «9» декабря 2022 г



Меню
16 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «9» сентября 2022 г.



Меню 12 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«9» сентября 2022 г.



Меню

13 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшеничный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
		50	6,7	1,5	15	108
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	26,6	25,2	81,27	674
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «9» сентября 2022 г.



Меню 14 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого за полдник:		240	10,67	12,8	24,18	253,18
Итого за день:		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «9» сентября 2022 г.



Меню

15 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова
«9» сентября 2022 г.

Меню
16 сентября 2022 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого за полдник:		330	7,68	8,2	42,36	259,88
Итого за день:		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова

«10» марта 2023 г.



Меню 13 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карянова



Меню
14 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад № 51»
 О.А. Карданова
 «10» марта 2023 г.



Меню 15 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
		150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Компот из свежих яблок					
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник	Ватрушка с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

10 марта 2023 г.



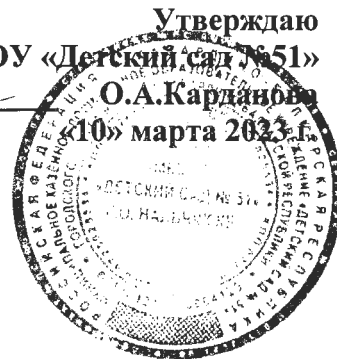
Меню
16 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«10» марта 2023 г.



Меню 17 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А. Карданова



Меню
13 февраля 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«10» февраля 2023 г

Меню
14 февраля 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«10» февраля 2023 г.



Меню

15 февраля 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
		150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Компот из свежих яблок					
Хлеб	50	6,7	1,5	15	108	
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник		70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Ватрушка с творогом					
	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«10» февраля 2023 г.



Меню

16 февраля 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
<i>Итого за день:</i>		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова
«10» февраля 2023 г



Меню
17 февраля 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова



Меню 14 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А. Карданова
«11» ноября 2022 г



Меню

15 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карланова
«11» ноября 2022 г.



Меню 16 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
		150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Компот из свежих яблок					
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник	Ватрушка с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «11» ноября 2022 г.



Меню

17 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
<i>Итого за день:</i>		<i>1250</i>	<i>35,006</i>	<i>36,138</i>	<i>156,82</i>	<i>1129,14</i>

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«11» ноября 2022 г.



Меню 18 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова

«7» октября 2022 г.



Меню 17 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «7» октября 2022 г

Меню
18 октября 2022 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «7» октября 2022 г.



Меню

19 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
		150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Компот из свежих яблок					
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник		70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Ватрушка с творогом					
	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
<i>Итого за день:</i>		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«7» октября 2022 г.

Меню
20 октября 2022 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
<i>Итого за день:</i>		<i>1250</i>	<i>35,006</i>	<i>36,138</i>	<i>156,82</i>	<i>1129,14</i>

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «7» октября 2022 г.



Меню

21 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «16» декабря 2022 г.



Меню 19 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	4,872	44,68	234,08
<i>Итого за день:</i>		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «16» декабря 2022 г.

Меню
20 декабря 2022 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		240	10,67	12,8	24,18	253,18
<i>Итого за день:</i>		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова
«16» декабря 2022 г.



Меню 21 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшениный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
	Итого за обед		500	26,6	25,2	81,27
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «16» декабря 2022 г.



Меню
22 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Кардацова
 «16» декабря 2022 г.



Меню
23 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		330	7,68	8,2	42,36	259,88
<i>Итого за день:</i>		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«15» сентября 2022 г.



Меню 19 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «1» сентября 2022 г



Меню 20 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«15» сентября 2022 г.



Меню

21 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
		150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Компот из свежих яблок					
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник		70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Ватрушка с творогом					
	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
<i>Итого за день:</i>		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «15» сентября 2022 г.



Меню
22 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«15» сентября 2022 г.



Меню

23 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 А.Карданова
 марта 2023 г



Меню 20 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	4,872	44,68	234,08
<i>Итого за день:</i>		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А. Курбанова
«17» марта 2023 г.



Меню 21 марта. 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,10
Итого за завтрак:		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого за полдник:		240	10,67	12,8	24,18	253,18
Итого за день:		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

22 марта 2023 г...

Меню
22 марта 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшеничный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
	Итого за обед	500	26,6	25,2	81,27	674
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карданова
 23 марта 2023 г.

Меню
23 марта 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А. Кардаева



Меню
24 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		330	7,68	8,2	42,36	259,88
<i>Итого за день:</i>		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«18» ноября 2022 г.



Меню 21 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>			9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>			21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>			4,74	4,872	44,68	234,08
<i>Итого за день:</i>		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«18» ноября 2022 г.



Меню 22 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого за полдник:		240	10,67	12,8	24,18	253,18
Итого за день:		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Кардацова
 «18» ноября 2022 г.



Меню
23 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)	
			Б	Ж	У		
<i>Неделя 1</i>							
День 3							
завтрак:	Суп молочный пшениный	150	4,15	4,45	22,3	154	
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88	
	Хлеб	30	4,5	1	11	76	
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40	
Итого за завтрак			440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8	
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5	
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7	
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108	
	Итого за обед		500	26,6	25,2	81,27	674
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158	
	Чай	150	0	0	12	40,88	
Итого за полдник			220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день			1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «2» ноября 2022 г.



Меню
24 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «18» ноября 2022 г.



Меню
25 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		330	7,68	8,2	42,36	259,88
<i>Итого за день:</i>		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова



Меню 22 мая 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова
«12» мая 2023 г

Меню
23 мая 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

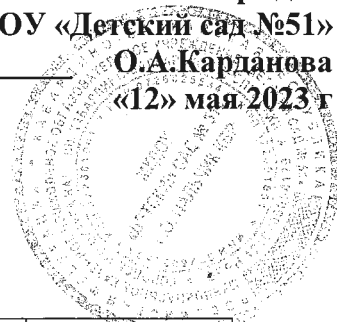
О.А.Карданова
«12» мая 2023 г

Меню
24 мая 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
		150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Компот из свежих яблок					
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник		70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Ватрушка с творогом					
	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «12» мая 2023 г



Меню
25мая 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«12» мая 2023 г



Меню

26 мая 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «21» октября 2022 г.



Меню 24 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	4,872	44,68	234,08
<i>Итого за день:</i>		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «21» октября 2022 г.



Меню

25 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		240	10,67	12,8	24,18	253,18
<i>Итого за день:</i>		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«21» октября 2022 г.



Меню

26 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшениный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
	Итого за обед		500	26,6	25,2	81,27
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «21» октября 2022 г.



Меню

27 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»




О.А.Карданова
«21» октября 2022 г.

Меню
28 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		330	7,68	8,2	42,36	259,88
<i>Итого за день:</i>		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
О.А.Карданова

«23» декабря 2022 г.



Меню 26 декабря 2022 года

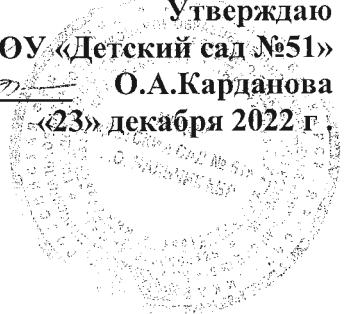
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Жарданова
 «23» декабря 2022 г

Меню 27 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «23» декабря 2022 г.

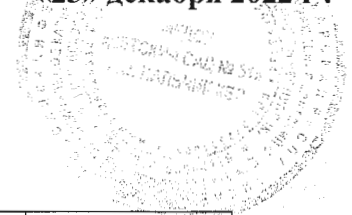


Меню
28 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник		70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Ватрушка с творогом					
	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «23» декабря 2022 г.

Меню
29 декабря 2022 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карданова
 «23» декабря 2022 г



Меню
30 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карланова
 «25» сентября 2022 г.



Меню

26 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «22» сентября 2022 г.



Меню
27 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		<i>440</i>	<i>8,27</i>	<i>14,75</i>	<i>46,63</i>	<i>371,53</i>
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		<i>510</i>	<i>21,38</i>	<i>12,81</i>	<i>73,27</i>	<i>511,81</i>
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		<i>240</i>	<i>10,67</i>	<i>12,8</i>	<i>24,18</i>	<i>253,18</i>
<i>Итого за день:</i>		<i>1190</i>	<i>40,32</i>	<i>40,35</i>	<i>144,08</i>	<i>1137</i>

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «22» сентября 2022 г.



Меню

28 сентября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшеничный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
	Итого за обед	500	26,6	25,2	81,27	674
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «22» сентября 2022 г..

Меню
30 сентября 2022 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		330	7,68	8,2	42,36	259,88
<i>Итого за день:</i>		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А. Карданова



Меню
27 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Криванова
 «23» марта 2023 г.



Меню
28 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова



Меню
29 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник	Ватрушка с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О. Александрова

О. Александрова
23 марта 2023 г.



Меню 30 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

«23» марта 2023 г.



Меню

31 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник:</i>		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова

«21» февраля 2023 г.

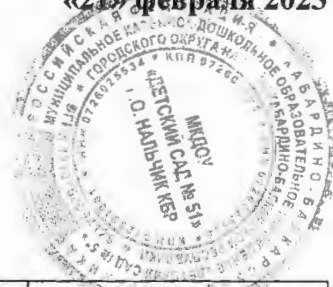


Меню
27 февраля 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «21» февраля 2023 г

Меню
28 февраля 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «21» февраля 2023 г.

Меню
1 марта 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник	Ватрушка с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «21» февраля 2023 г.



Меню 2 марта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «21» февраля 2023 г



Меню Змарта 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова

«25» ноября 2022 г.



Меню 28 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А. Варданова
«25» ноября 2022 г



Меню
29 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «25» ноября 2022 г.



Меню 30 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник		70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Ватрушка с творогом					
	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова

«25» ноября 2022 г.



Меню
1 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
<i>Итого за день:</i>		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Кардинова

«25» ноября 2022 г.



Меню
2 декабря 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»



Меню

29 мая 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,676	17,848	76,369	6565,16
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	35,93	37,008	148,17	1193,59

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Кардашова
24 мая 2023 г.



Меню

30 мая. 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
<i>Итого за обед:</i>		510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		240	10,67	12,8	24,18	253,18
<i>Итого за день:</i>		1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова
31 мая 2023 г.



Меню
31 мая 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшениный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
	Итого за обед	500	26,6	25,2	81,27	674
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад № 41»

Кардинова



Меню
1 июня 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Кардамова
«24» мая 2023 г.

Меню
2 июня 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого за полдник:		330	7,68	8,2	42,36	259,88
Итого за день:		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А.Карданова

«27» октября 2022 г.



Меню 31 октября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная геркулесовая	150	2,57	8,51	15,16	188,76
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,55	17,16	48,09	416,04
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	150	1,8	4,91	8,48	101,44
	Биточки мясные	60	9,318	7,068	9,642	139
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	Компот из свежих яблок	150	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21,918	16,488	71,202	543,74
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	34,208	38,52	163,9	1194

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «27» октября 2022 г



Меню
1 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «27» октября 2022 г.



Меню
2 ноября 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник	Ватрушка с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
<i>Итого за день:</i>		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «27» октября 2022 г.

Меню

3 ноября 2022 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
<i>Итого за день:</i>		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Кардашова
30 января 2023 г.



Меню 31 января 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 2						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за завтрак:</i>		440	3,29	8,27	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	150				
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник</i>		240	10,67	12,8	24,18	177,58
<i>Итого за полдник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Каргина
«30» января 2023 г.



Меню 1 февраля 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,16	15,85	52,29	370,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,082	2,79	7,92	73,69
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8
		150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Компот из свежих яблок					
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		510	28,308	27,688	84,36	734,49
полдник		70	8,38	2,31	26,39	158
Итого за полдник	Ватрушка с творогом					
	Чай	150	0	0	12	40,88
		220	8,38	2,31	38,39	199,2
Итого за день:		1170	44,848	45,848	175,04	1303,8
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Израилова
«30» января 2023 г.



Меню 2 февраля 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	3,9	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	12,55	54,02	376,28
обед:	Свекольник со сметаной	150	1,38	5,2	10,03	93,7
	Плов с мясом	180	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		560	20,626	18,918	75,66	566,65
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		250	6,19	6,67	27,14	186,21
Итого за день:		1250	35,006	36,138	156,82	1129,14

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

30 октября 2023 г

Меню
3 февраля 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	4,05	4,18	15,82	132
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	7,696,	12,168	55,646	359,28
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	150	1,54	1,76	11,6	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	427
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		520	47,5	13,069	127,16	848,8
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	30,109	44,68	234,08

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«8» июня 2023 г.



Меню
13 июня 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)	
			Б	Ж	У		
<i>Неделя 1</i>							
День 2							
завтрак:	Суп молочный рисовый	150	3,29	6,1	13,7	144,25	
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88	
	Хлеб	30	4,5	1	11	76	
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40	
<i>Итого за завтрак:</i>			440	8,27	14,75	46,63	371,53
обед:	Суп рассольник	150	2,9	4,8	12,76	116,11	
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5	
	Г/р пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5	
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7	
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108	
<i>Итого за обед:</i>			510	21,38	12,81	73,27	511,81
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7	
	Чай	150	0	0	12	40,88	
	Хлеб	30	4,5	1	11	76	
<i>Итого за полдник:</i>			240	10,67	12,8	24,18	253,18
<i>Итого за день:</i>			1190	40,32	40,35	144,08	1137

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова
«8» июня 2023 г

Меню
14 июня 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный пшениный	150	4,15	4,45	22,3	154
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
	Итого за обед		500	26,6	25,2	81,27
Полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		220	8,38	2,31	38,39	199
Итого за день		1160	44,11	40,61	174,89	1254,28

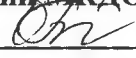
Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
Огу
О.А. Карданова
«8» июня 2023 г

Меню
15 июня 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
завтрак:	Каша молочная овсяная «Геркулес»	150	4,47	3,97	21,19	152,34
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	150	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	150	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	150	0,396	0,013	18	180,8
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	28,056	8,133	62,62	551
полдник	Суп молочный рисовый	150	4,248	7,88	33,44	262,88
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого полдник		300	4,248	7,88	45,44	262,88
Итого за день:		1240	41,75	28,55	162,18	1193,5

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»



О.А. Карланова
«8» июня 2023 г



Меню
16 июня 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	150	3,21	7,5	21,09	149
	Чай с лимоном	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак:		440	8,19	16,15	54,02	376,28
обед:	Суп харчо	150	4,02	5,78	19,8	149,14
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		430	15,996	13,168	89,46	451,31
полдник:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	143
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
Итого за полдник:		330	7,68	8,2	42,36	259,88
Итого за день:		1200	31,86	37,518	185,84	1087,47