

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



## Меню 4 марта 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
<b>День 1</b>						
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
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>440</b>	<b>7,55</b>	<b>17,16</b>	<b>48,09</b>	<b>416,04</b>
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
<b>Итого за обед:</b>		<b>510</b>	<b>21,918</b>	<b>16,488</b>	<b>71,202</b>	<b>543,74</b>
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
<b>Итого за полдник:</b>		<b>210</b>	<b>4,74</b>	<b>4,872</b>	<b>44,68</b>	<b>234,08</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1160</b>	<b>34,208</b>	<b>38,52</b>	<b>163,9</b>	<b>1194</b>

Утверждаю  
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»  
 О.А.Карданова  
 «2» марта 2024 г



## Меню 5 марта 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Неделя 1</b>						
<b>День 4</b>						
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		<b>440</b>	<b>8,19</b>	<b>12,55</b>	<b>54,02</b>	<b>376,28</b>
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		<b>560</b>	<b>20,626</b>	<b>18,918</b>	<b>75,66</b>	<b>566,65</b>
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		<b>250</b>	<b>6,19</b>	<b>6,67</b>	<b>27,14</b>	<b>186,21</b>
Итого за день:		<b>1250</b>	<b>35,006</b>	<b>36,138</b>	<b>156,82</b>	<b>1129,14</b>

Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова  
«2» марта 2024 г



## Меню 6 марта 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Неделя 1</b>						
<b>День 2</b>						
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>		<b>440</b>	<b>3,29</b>	<b>8,27</b>	<b>46,63</b>	<b>371,53</b>
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>		<b>240</b>	<b>10,67</b>	<b>12,8</b>	<b>24,18</b>	<b>177,58</b>
<i>Итого за полдник:</i>		<b>280</b>	<b>9,336</b>	<b>12,138</b>	<b>31,076</b>	<b>271,464</b>

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова  
«2» марта 2024 г.



## Меню 7 марта 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Неделя 1</b>						
<b>День 3</b>						
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:	Суп гороховый	150	2,62	2,3	10,33	72,38
	Гедлибже(птица тушеная	100	11,77	10,8	2,93	311
	Гарнир каша пшенная отварная	70	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	29,3	131,688	95,27	654
полдник	Ватрушка с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник		210	8,38	2,31	38,39	198,8
Итого за день:		1160	45,84	49,84	165,95	1223