

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«2» марта 2024 г.



## 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	200	5,84	6,08	32,28	207,5
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	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>530</b>	<b>9,486</b>	<b>14,068</b>	<b>72,106</b>	<b>452,664</b>
обед:	Суп овощной с зеленым горошком	200	1,72	0,25	4,18	30,06
	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	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<b>Итого за обед:</b>		<b>620</b>	<b>21,19</b>	<b>10,986</b>	<b>56,432</b>	<b>570,582</b>
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
<b>Итого за</b>		<b>240</b>	<b>4,866</b>	<b>4,89</b>	<b>42,886</b>	<b>234,204</b>
<b>Итого за</b>		<b>1390</b>	<b>36,14</b>	<b>29,65</b>	<b>171,424</b>	<b>1257,45</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)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Неделя 1</b>						
<b>День 4</b>						
завтрак:	Каша молочная манная	200	4,9	4,0	25,49	157,56
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	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>530</b>	<b>8,546</b>	<b>11,988</b>	<b>65,316</b>	<b>402,724</b>
обед:	Свекольник со сметаной	200	2,26	5,38	10,9	98,6
	Плов с мясом	150	12,15	12,2	25,65	263,25
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		<b>610</b>	<b>20,88</b>	<b>18,238</b>	<b>100,91</b>	<b>651,07</b>
полдник	Макароны с сыром	100	6,19	6,67	15,14	145,33
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник		<b>280</b>	<b>6,316</b>	<b>6,688</b>	<b>25,346</b>	<b>186,334</b>
Итого за день:		<b>1420</b>	<b>35,74</b>	<b>36,914</b>	<b>191,572</b>	<b>1340,128</b>

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



**Меню**  
**6марта2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
<b>День 3</b>						
завтрак:	Суп молочный вер- мишелевый	200	6,04	5,6	18,24	148
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	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 зав- трак:</i>		<b>530</b>	<b>9,686</b>	<b>13,588</b>	<b>58,066</b>	<b>393,164</b>
обед:	Суп рассольник	200	1,68	4,1	13,28	96,6
	Котлета рыбная	60	9,35	3,29	6,9	94,5
	Г/р пюре картофе- льное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
<i>Итого за полдник:</i>		<b>280</b>	<b>9,336</b>	<b>12,138</b>	<b>31,076</b>	<b>271,464</b>
<i>Итого за день- день:</i>		<b>1430</b>	<b>38,56</b>	<b>36,974</b>	<b>187,312</b>	<b>1236,448</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	
<i>Неделя 1</i>						
<b>День 3</b>						
завтрак:	Каша молочная ячневая	200	5,84	6,08	32,28	207,5
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное порци-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак обед:		14,866	9,466	14,068	72,106	452,664
	Суп гороховый	200	2,62	2,3	10,33	117,89
	Гедлибже(птица тушеная в сметанном соусе)	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	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		660	23,856	18,598	100,75	668,85
Полдник	Ватрушка с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
		250	8,50	2,32	35,6	199,2
<i>Итого за день:</i>		<i>924,866</i>	<i>41,822</i>	<i>34,986</i>	<i>208,45</i>	<i>1320,714</i>