



Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова  
«6» марта 2024г



## Меню

### 12 марта 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
<b>День 4</b>						
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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>8,19</b>	<b>16,15</b>	<b>54,02</b>	<b>376,28</b>
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
<b>Итого за обед</b>		<b>500</b>	<b>28,056</b>	<b>8,133</b>	<b>62,62</b>	<b>551</b>
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
<b>Итого полдник</b>		<b>300</b>	<b>4,248</b>	<b>7,88</b>	<b>45,44</b>	<b>262,88</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1240</b>	<b>41,75</b>	<b>28,55</b>	<b>162,18</b>	<b>1193,5</b>

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова  
марта 2024г.



## Меню 13 марта 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)	
			Б	Ж	У		
<i>Неделя 1</i>							
<b>День 2</b>							
завтрак:	Каша молочная ячневая	150	3,18	7,2	19,36	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 марта 2024г



**Меню**  
**15 марта 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал
			Б	Ж	У	
<b>Неделя 1</b>						
<b>День 5</b>						
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
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>440</b>	<b>8,19</b>	<b>16,15</b>	<b>54,02</b>	<b>376,28</b>
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
<b>Итого за обед:</b>		<b>430</b>	<b>15,996</b>	<b>13,168</b>	<b>89,46</b>	<b>451,31</b>
полдник:	Суп молочный вермешелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<b>Итого за полдник:</b>		<b>330</b>	<b>7,68</b>	<b>8,2</b>	<b>42,36</b>	<b>259,88</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1200</b>	<b>31,86</b>	<b>37,518</b>	<b>185,84</b>	<b>1087,47</b>