

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

«4» сентября 2023 г



Меню 4 сентября 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	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
Итого за завтрак:		530	9,486	14,068	72,106	452,664
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
Итого за обед:		620	21,19	10,986	56,432	570,582
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за		1390	36,14	29,65	171,424	1257,45

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«4» сентября 2023 г



Меню
6 сентября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Каша молочная яч- невая	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 порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		14,866	9,466	14,068	72,106	452,664
обед:	Борщ со сметаной	200	1,28	3,88	8,74	75
	Котлета куриная	60	17,7	19,8	12	311,3
	Гарнир рис отвар- ной	100	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	23,85	18,598	100,75	668,85
полдник	Ватрушка с творо- гом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полд- ник		250	8,50	2,32	35,6	199,2
Итого за день:						
		924,86	41,82	34,986	208,45	1320,714
		6	2			

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

7 сентября 2023 г.

Меню

7 сентября 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 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		530	8,546	11,988	65,316	402,724
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		610	20,88	18,238	100,91	651,07
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		280	6,316	6,688	25,346	186,334
Итого за день:		1420	35,74	36,914	191,572	1340,128

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

4-го сентября 2023 г.



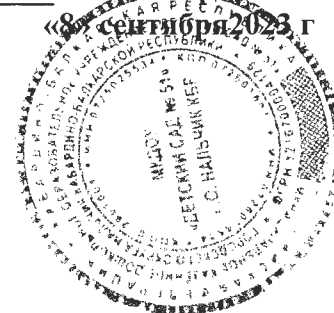
Меню 8 сентября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор- ционное	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>		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	464,8
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		630	47,5	13,709	153,66	928,32
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
<i>Итого за полд- ник:</i>		250	3,926	4,318	34,606	203,004

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Барданова

11 сентября 2023 г.

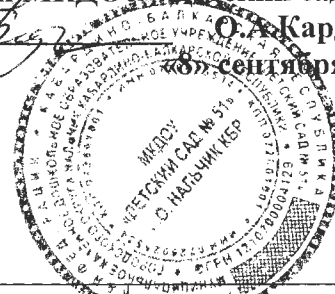


Меню 11 сентября 2023 года

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	200	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за зав-		530	8,186	13,778	64,026	412,234
обед:	Суп гороховый	200	4,1	4,28	12,9	106,6
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны от-варные	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
Итого за обед:		620	21,356	17,148	101,79	646,92
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полд-ник:		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за день:		1390	34,408	35,816	208,702	1293,358

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
С. В. Карданова
«08» сентября 2023 г

Меню
13 сентября 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 пшеничный	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
Итого за обед	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
		610	26,936	23,168	111,23	764,52
	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник		250	8,38	2,31	55,19	273,2
Итого за день:		1390	43,782	38,546	223,086	1415,284

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карданова
 14 сентября 2023

Меню
14 сентября 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»	200	5,84	4,4	22,72	153,84
	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		530	9,486	12,388	62,546	399,004
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	170	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		630	26,116	9,238	89,42	545,02
	Суп молочный рисовый	200	4,72	8,12	33,84	241
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
		250	4,374	7,898	43,646	263,004
Итого за день:		1410	39,978	29,524	195,612	1278,88

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Карданова
 «8» сентября 2023



Меню
15 сентября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность,
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	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
<i>Итого за завтрак:</i>		530	9,486	14,068	99,826	452,664
обед:	Суп харчо	200	4,07	6,19	21,3	152,84
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
	<i>Итого за обед:</i>		640	15,42	12,718	115,34
полдник:	Каша молочная яч- невая	200	5,84	6,08	32,28	207,5
	Чай	200	4,18	1,52	25,9	137,13
	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>		250	4,306	1,538	36,106
<i>Итого за день</i>		1420	29,218	28,324	251,272	1165,328

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

«4» сентября 2023 г.



Меню 18 сентября 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 гер- кулесовая	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
Итого за зав- трак:		530	9,486	14,068	72,106	452,664
обед:	Суп овощной с зеле- ным 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
Итого за обед:		620	21,19	10,986	56,432	570,582
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за		1390	36,14	29,65	171,424	1257,45

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карланова
 «15» сентября 2023 г



Меню
19 сентября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	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 завтрак:</i>		530	9,686	13,588	58,066	393,164
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 картофельное	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>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
<i>Итого за день-день:</i>		1430	38,56	36,974	187,312	1236,448

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «15» сентября 2023 г.

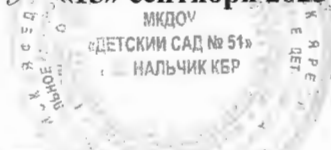


Меню
20 сентября 2023 года

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	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
Итого за день:		924,866	41,822	34,986	208,45	1320,714

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«15» сентября 2023 г.



Меню

21 сентября 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 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 поппионное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		530	8,546	11,988	65,316	402,724
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		610	20,88	18,238	100,91	651,07
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		280	6,316	6,688	25,346	186,334
Итого за день:		1420	35,74	36,914	191,572	1340,128

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «15» сентября 2023 г.



Меню
22 сентября 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	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор- ционное	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>		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	464,8
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		630	47,5	13,709	153,66	928,32
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
<i>Итого за полд- ник:</i>		250	3,926	4,318	34,606	203,004

Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»



Меню 25 сентября 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	200	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за зав-		530	8,186	13,778	64,026	412,234
обед:	Суп гороховый	200	4,1	4,28	12,9	106,6
	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	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед:		620	21,356	17,148	101,79	646,92
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник:		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за день:		1390	34,408	35,816	208,702	1293,358

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А. Кардашова
 22 сентября 2023



Меню
26 сентября 20223 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный рисовый	200	4,7	6,04	27,41	182,8
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за зав-</i>		530	8,346	14,028	67,236	427,964
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 картофельное	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 полд- ник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
<i>Итого за день:</i>		1430	37,228	37,414	196,482	1371,248

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Кардашова

«22» сентября 2023 г.



Меню
27 сентября 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 пшеничный	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
Итого за обед	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
		610	26,936	23,168	111,23	764,52
	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник		250	8,38	2,31	55,19	273,2
<i>Итого за день:</i>		1390	43,782	38,546	223,086	1415,284

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «22» сентября 2023

Меню
28 сентября 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»	200	5,84	4,4	22,72	153,84
	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		530	9,486	12,388	62,546	399,004
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	170	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		630	26,116	9,238	89,42	545,02
	Суп молочный рисовый	200	4,72	8,12	33,84	241
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
		250	4,374	7,898	43,646	263,004
Итого за день:		1410	39,978	29,524	195,612	1278,88

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

22 сентября 2023

Меню
29 сентября 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность,
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	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
<i>Итого за завтрак:</i>		530	9,486	14,068	99,826	452,664
обед:	Суп харчо	200	4,07	6,19	21,3	152,84
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		640	15,42	12,718	115,34	534,53
полдник:	Каша молочная ячневая	200	5,84	6,08	32,28	207,5
	Чай	200	4,18	1,52	25,9	137,13
	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>		250	4,306	1,538	36,106	178,134
<i>Итого за день</i>		1420	29,218	28,324	251,272	1165,328

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



Меню
2 октября 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	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
Итого за завтрак:		530	9,486	14,068	72,106	452,664
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
Итого за обед:		620	21,19	10,986	56,432	570,582
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за		1390	36,14	29,65	171,424	1257,45

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

«29» сентября 2023 г

Меню
3 октября 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	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 завтрак:</i>		530	9,686	13,588	58,066	393,164
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 картофельное	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>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
<i>Итого за день-день:</i>		1430	38,56	36,974	187,312	1236,448

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова



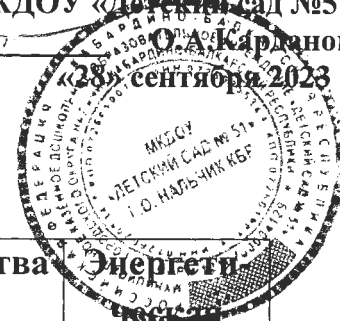
Меню 4 октября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 3						
завтрак:	Каша молочная ячневая	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
Итого за день:		924,866	41,822	34,986	208,45	1320,714

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

Р.Т.

О.А. Кардинова
«28» сентября 2023 г.



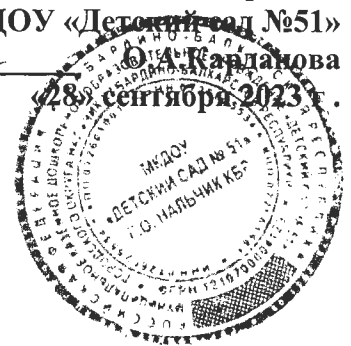
Меню
5 октября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 4						
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		530	8,546	11,988	65,316	402,724
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		610	20,88	18,238	100,91	651,07
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		280	6,316	6,688	25,346	186,334
Итого за день:		1420	35,74	36,914	191,572	1340,128

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Гарданова

28 сентября 2023



Меню ноября 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	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор- ционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за зав- трак:		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	464,8
	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:		630	47,5	13,709	153,66	928,32
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полд- ник:		250	3,926	4,318	34,606	203,004

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«5» октября 2023 г



Меню 9 октября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	200	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за зав-		530	8,186	13,778	64,026	412,234
обед:	Суп гороховый	200	4,1	4,28	12,9	106,6
	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	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед:		620	21,356	17,148	101,79	646,92
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник:		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за день:		1390	34,408	35,816	208,702	1293,358

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

Меню
10 октября 20223 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный рисовый	200	4,7	6,04	27,41	182,8
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за зав-</i>		530	8,346	14,028	67,236	427,964
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 картофельное	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 полд- ник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
<i>Итого за день:</i>		1430	37,228	37,414	196,482	1371,248

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

С.М.



Меню
11 октября 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 пшеничный	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
Итого за обед	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
		610	26,936	23,168	111,23	764,52
	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник		250	8,38	2,31	55,19	273,2
Итого за день:		1390	43,782	38,546	223,086	1415,284

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова
12 октября 2023

Меню
12 октября 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»	200	5,84	4,4	22,72	153,84
	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		530	9,486	12,388	62,546	399,004
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	170	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		630	26,116	9,238	89,42	545,02
	Суп молочный рисовый	200	4,72	8,12	33,84	241
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
		250	4,374	7,898	43,646	263,004
Итого за день:		1410	39,978	29,524	195,612	1278,88

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова
«5» октября 2023



Меню
13 октября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность,
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	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
<i>Итого за завтрак:</i>		530	9,486	14,068	99,826	452,664
обед:	Суп харчо	200	4,07	6,19	21,3	152,84
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		640	15,42	12,718	115,34	534,53
полдник:	Каша молочная яч- невая	200	5,84	6,08	32,28	207,5
	Чай	200	4,18	1,52	25,9	137,13
	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>		250	4,306	1,538	36,106	178,134
<i>Итого за день</i>		1420	29,218	28,324	251,272	1165,328

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

«13» октября 2023 г.



Меню 16 октября 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	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
Итого за завтрак:		530	9,486	14,068	72,106	452,664
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
Итого за обед:		620	21,19	10,986	56,432	570,582
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за		1390	36,14	29,65	171,424	1257,45

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

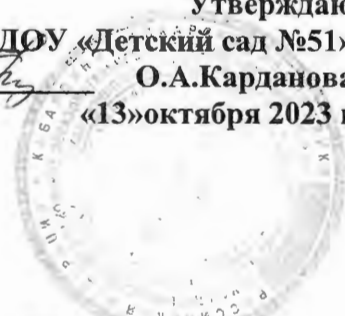


Меню
17 октября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	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 завтрак:</i>		530	9,686	13,588	58,066	393,164
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 картофельное	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>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
<i>Итого за день-день:</i>		1430	38,56	36,974	187,312	1236,448

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

Меню
18 октября 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	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>

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

Меню 19 октября 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 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		530	8,546	11,988	65,316	402,724
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		610	20,88	18,238	100,91	651,07
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		280	6,316	6,688	25,346	186,334
<i>Итого за день:</i>		1420	35,74	36,914	191,572	1340,128

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



Меню
20 октября 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	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор- ционное	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>		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	464,8
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		630	47,5	13,709	153,66	928,32
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
<i>Итого за полд- ник:</i>		250	3,926	4,318	34,606	203,004

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



Меню

23 октября 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 пше- ничная	200	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за зав-		530	8,186	13,778	64,026	412,234
обед:	Суп гороховый	200	4,1	4,28	12,9	106,6
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны от- варные	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
Итого за обед:		620	21,356	17,148	101,79	646,92
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полд- ник:		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за день:		1390	34,408	35,816	208,702	1293,358

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

Меню
24 октября 20223 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный рисовый	200	4,7	6,04	27,41	182,8
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за зав-</i>		530	8,346	14,028	67,236	427,964
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 картофельное	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 полд- ник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
Итого за день:		1430	37,228	37,414	196,482	1371,248

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



Меню
25 октября 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 пшеничный	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	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		610	26,936	23,168	111,23	764,52
	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник		250	8,38	2,31	55,19	273,2
Итого за день:		1390	43,782	38,546	223,086	1415,284

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

Меню
26 октября 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»	200	5,84	4,4	22,72	153,84
	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		530	9,486	12,388	62,546	399,004
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	170	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		630	26,116	9,238	89,42	545,02
	Суп молочный рисовый	200	4,72	8,12	33,84	241
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
		250	4,374	7,898	43,646	263,004
Итого за день:		1410	39,978	29,524	195,612	1278,88

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

Меню
27 октября 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность,
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	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
<i>Итого за завтрак:</i>		530	9,486	14,068	99,826	452,664
обед:	Суп харчо	200	4,07	6,19	21,3	152,84
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	<i>Итого за обед:</i>	180	0,396	0,018	24,98	3
	яблоко					
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
		640	15,42	12,718	115,34	534,53
полдник:	Каша молочная яч- невая	200	5,84	6,08	32,28	207,5
	Чай	200	4,18	1,52	25,9	137,13
	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>		250	4,306	1,538	36,106
<i>Итого за день</i>		1420	29,218	28,324	251,272	1165,328

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

«28» октября 2023 г



Меню 30 октября 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	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
Итого за завтрак:		530	9,486	14,068	72,106	452,664
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
Итого за обед:		620	21,19	10,986	56,432	570,582
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за		1390	36,14	29,65	171,424	1257,45

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
О.А. Карданова
«28» октября 2023 г.



Меню
31 октября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	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 завтрак:</i>		530	9,686	13,588	58,066	393,164
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 картофельное	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>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
<i>Итого за день-день:</i>		1430	38,56	36,974	187,312	1236,448

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «28» октября 2023 г.



Меню 1 ноября 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	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>

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

Т. Д. Иванова



Меню
7 ноября 20223 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный рисовый	200	4,7	6,04	27,41	182,8
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за зав-</i>		530	8,346	14,028	67,236	427,964
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 картофельное	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 полд- ник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
Итого за день:		1430	37,228	37,414	196,482	1371,248

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

Дев



Меню

8 ноября 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 пшеничный	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	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		610	26,936	23,168	111,23	764,52
	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник		250	8,38	2,31	55,19	273,2
Итого за день:		1390	43,782	38,546	223,086	1415,284

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова
27 ноября 2023

Меню
9 ноября 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»	200	5,84	4,4	22,72	153,84
	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		530	9,486	12,388	62,546	399,004
обед:	Суп вермишелевый с карто- фелем	200	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	170	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		630	26,116	9,238	89,42	545,02
	Суп молочный рисовый	200	4,72	8,12	33,84	241
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
		250	4,374	7,898	43,646	263,004
Итого за день:		1410	39,978	29,524	195,612	1278,88

Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»



Меню
10 ноября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность,
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	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
<i>Итого за завтрак:</i>		530	9,486	14,068	99,826	452,664
обед:	Суп харчо	200	4,07	6,19	21,3	152,84
	Пирожок с картош- кой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		640	15,42	12,718	115,34	534,53
полдник:	Каша молочная яч- невая	200	5,84	6,08	32,28	207,5
	Чай	200	4,18	1,52	25,9	137,13
	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>		250	4,306	1,538	36,106	178,134
<i>Итого за день</i>		1420	29,218	28,324	251,272	1165,328

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад № 51»

О.А. Кардиналова

«10» ноября 2023 г.

МКДОУ

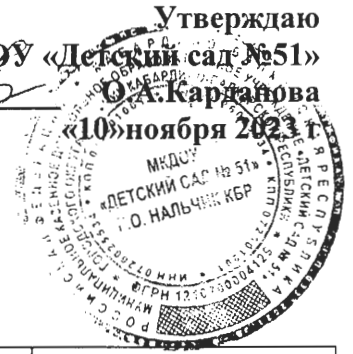
ДЕТСКИЙ САД № 51

г. О. НАЛЬЧИК КБР

Меню
13 ноября 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	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
Итого за завтрак:		530	9,486	14,068	72,106	452,664
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
Итого за обед:		620	21,19	10,986	56,432	570,582
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник:		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за день:		1390	36,14	29,65	171,424	1257,45

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



Меню
14 ноября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	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 завтрак:</i>		530	9,686	13,588	58,066	393,164
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 картофельное	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>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
<i>Итого за день-день:</i>		1430	38,56	36,974	187,312	1236,448

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

О.А. Карданова

16 ноября 2023 г.



Меню
16 ноября 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 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 попционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		530	8,546	11,988	65,316	402,724
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		610	20,88	18,238	100,91	651,07
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		280	6,316	6,688	25,346	186,334
Итого за день:		1420	35,74	36,914	191,572	1340,128

Меню

17ноября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор- ционное	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>		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	464,8
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		630	47,5	13,709	153,66	928,32
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
<i>Итого за полд- ник:</i>		250	3,926	4,318	34,606	203,004

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«17» ноября 2023

Меню
21 ноября 20223 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный рисовый	200	4,7	6,04	27,41	182,8
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за зав-		530	8,346	14,028	67,236	427,964
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 картофельное	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
Итого за полд-		280	9,336	12,138	31,076	271,464
Итого за день:		1430	37,228	37,414	196,482	1371,248

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

«17» ноября 2023г

Меню

22 ноября 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 пшеничный	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-яблоко	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
Итого за обед	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
		610	26,936	23,168	111,23	764,52
	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник		250	8,38	2,31	55,19	273,2
Итого за день:		1390	43,782	38,546	223,086	1415,284

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«17» ноября 2023

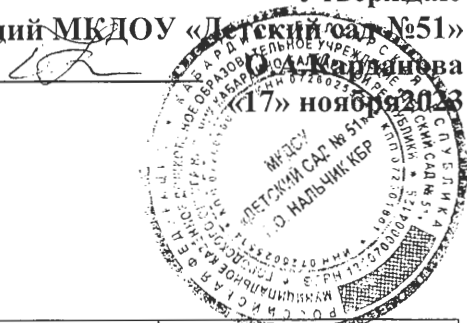


Меню

23 ноября 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»	200	5,84	4,4	22,72	153,84
	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		530	9,486	12,388	62,546	399,004
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	170	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		630	26,116	9,238	89,42	545,02
	Суп молочный рисовый	200	4,72	8,12	33,84	241
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
		250	4,374	7,898	43,646	263,004
Итого за день:		1410	39,978	29,524	195,612	1278,88

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»



Меню
24 ноября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность,
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	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
<i>Итого за завтрак:</i>		530	9,486	14,068	99,826	452,664
обед:	Суп харчо	200	4,07	6,19	21,3	152,84
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		640	15,42	12,718	115,34	534,53
полдник:	Каша молочная яч- невая	200	5,84	6,08	32,28	207,5
	Чай	200	4,18	1,52	25,9	137,13
	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>		250	4,306	1,538	36,106	178,134
<i>Итого за день</i>		1420	29,218	28,324	251,272	1165,328

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



Меню
27 ноября 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 гер- кулесовая	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
Итого за зав- трак:		530	9,486	14,068	72,106	452,664
обед:	Суп овощной с зеле- ным 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
Итого за обед:		620	21,19	10,986	56,432	570,582
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за		1390	36,14	29,65	171,424	1257,45

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
Ю.А. Карданова
«24» ноября 2023 г

Меню
28 ноября 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
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>		530	9,686	13,588	58,066	393,164
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>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
<i>Итого за день- день:</i>		1430	38,56	36,974	187,312	1236,448

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



Меню
29 ноября 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	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
Итого за день:		924,866	41,822	34,986	208,45	1320,714

Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«24» ноября 2023 г.



Меню

30 ноября 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 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		530	8,546	11,988	65,316	402,724
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		610	20,88	18,238	100,91	651,07
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		280	6,316	6,688	25,346	186,334
Итого за день:		1420	35,74	36,914	191,572	1340,128

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

«24» ноября 2023 г.



Меню 1 декабря 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	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор- ционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за зав- трак:		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	464,8
	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:		630	47,5	13,709	153,66	928,32
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полд- ник:		250	3,926	4,318	34,606	203,004

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

30 ноября 2023 г.



Меню 4 декабря 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	200	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за зав-		530	8,186	13,778	64,026	412,234
обед:	Суп гороховый	200	4,1	4,28	12,9	106,6
	Котлета мясная	60	7,1	9,2	6,9	138,8
	Гарнир макароны от-варные	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
Итого за обед:		620	21,356	17,148	101,79	646,92
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полд-ник:		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за день:		1390	34,408	35,816	208,702	1293,358

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»



Меню
5 декабря 20223 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный рисовый	200	4,7	6,04	27,41	182,8
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<i>Итого за зав-</i>		530	8,346	14,028	67,236	427,964
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 картофельное	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
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
<i>Итого за полд- ник:</i>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
<i>Итого за день:</i>		1430	37,228	37,414	196,482	1371,248

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

С.А. Карданов

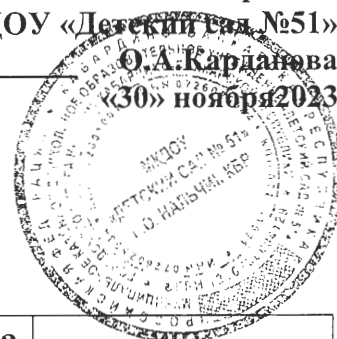


Меню
6 декабря 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 2						
завтрак:	Суп молочный пшеничный	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-яблоко	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
Итого за обед	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
		610	26,936	23,168	111,23	764,52
	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник		250	8,38	2,31	55,19	273,2
Итого за день:		1390	43,782	38,546	223,086	1415,284

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова
«30» ноября 2023



Меню
7 декабря 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»	200	5,84	4,4	22,72	153,84
	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		530	9,486	12,388	62,546	399,004
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	170	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		630	26,116	9,238	89,42	545,02
	Суп молочный рисовый	200	4,72	8,12	33,84	241
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
		250	4,374	7,898	43,646	263,004
Итого за день:		1410	39,978	29,524	195,612	1278,88

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова
«30» ноября 2023

Меню
8 декабря 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность,
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	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
<i>Итого за завтрак:</i>		530	9,486	14,068	99,826	452,664
обед:	Суп харчо	200	4,07	6,19	21,3	152,84
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		640	15,42	12,718	115,34	534,53
полдник:	Каша молочная яч- невая	200	5,84	6,08	32,28	207,5
	Чай	200	4,18	1,52	25,9	137,13
	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>		250	4,306	1,538	36,106	178,134
<i>Итого за день</i>		1420	29,218	28,324	251,272	1165,328

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

«9» декабря 2023 г.



Меню 11 декабря 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	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
Итого за завтрак:		530	9,486	14,068	72,106	452,664
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
Итого за обед:		620	21,19	10,986	56,432	570,582
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за		1390	36,14	29,65	171,424	1257,45

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Караимова
«9» декабря 2023 г



Меню

12 декабря 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный вермишелевый	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 завтрак:</i>		530	9,686	13,588	58,066	393,164
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 картофельное	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>		280	9,336	12,138	31,076	271,464
<i>Итого за день:</i>		1430	38,56	36,974	187,312	1236,448

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А.Карданова

«9» декабря 2023 г.



Меню

13 декабря 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	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>

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

«9» декабря 2023 г



Меню

15 декабря 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Суп молочный рисовый	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор- ционное	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>		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп картофельный с вермишелевый	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р овощи тушеные	100	34,23	5,52	69,58	464,8
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		630	47,5	13,709	153,66	928,32
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
<i>Итого за полд- ник:</i>		250	3,926	4,318	34,606	203,004

Утверждаю
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

О.А. Карданова

«15» декабря 2023 г.



Меню 18 декабря 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	200	4,54	5,79	24,2	167,07
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за зав-		530	8,186	13,778	64,026	412,234
обед:	Суп гороховый	200	4,1	4,28	12,9	106,6
	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	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед:		620	21,356	17,148	101,79	646,92
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник:		240	4,866	4,89	42,886	234,204
Итого за день:		1390	34,408	35,816	208,702	1293,358

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «15» декабря 2023 г



Меню

19 декабря 20223 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 3						
завтрак:	Суп молочный рисовый	200	4,7	6,04	27,41	182,8
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за зав-		530	8,346	14,028	67,236	427,964
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 картофельное	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
Итого за полд- ник:		280	9,336	12,138	31,076	271,464
Итого за день:		1430	37,228	37,414	196,482	1371,248

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «15» декабря 2023 г



Меню
20 декабря 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 пшеничный	200	4,82	5,08	16,84	132,4
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное пор-яблоко	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
Итого за завтрак		530	8,466	13,068	56,666	377,564
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
Итого за обед	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
		610	26,936	23,168	111,23	764,52
	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник		250	8,38	2,31	55,19	273,2
Итого за день:		1390	43,782	38,546	223,086	1415,284

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «15» декабря 2023 г



Меню
21 декабря 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»	200	5,84	4,4	22,72	153,84
	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		530	9,486	12,388	62,546	399,004
обед:	Суп вермишелевый с картофелем	200	2,6	1,92	13,3	81,6
	Соус с мясом	170	18,36	4,7	16,32	180,8
	Кисель	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		630	26,116	9,238	89,42	545,02
	Суп молочный рисовый	200	4,72	8,12	33,84	241
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник	Хлеб	40	3,04	0,32	19,69	93,76
		250	4,374	7,898	43,646	263,004
Итого за день:		1410	39,978	29,524	195,612	1278,88

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «15» декабря 2023 г.



Меню

22 декабря 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность,
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 1</i>						
День 5						
завтрак:	Каша молочная манная	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
<i>Итого за завтрак:</i>		530	9,486	14,068	99,826	452,664
обед:	Суп харчо	200	4,07	6,19	21,3	152,84
	Пирожок с картошкой	80	4,88	5,87	29,68	191,17
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	3
	Хлеб	80	6,08	0,64	39,38	187,52
<i>Итого за обед:</i>		640	15,42	12,718	115,34	534,53
полдник:	Каша молочная яч- невая	200	5,84	6,08	32,28	207,5
	Чай	200	4,18	1,52	25,9	137,13
	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>		250	4,306	1,538	36,106	178,134
<i>Итого за день</i>		1420	29,218	28,324	251,272	1165,328