

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



## Меню 8 декабря 2025 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	30	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:		520	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 рубленые	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	60	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед:		600	21,194	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:		1360	36,14	29,65	171,424	1257,45

Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»

Утверждаю

О.А.Карданова

«5» декабря 2025 г



## Меню

### 9 декабря 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская
			Б	Ж	У	Ценность, (ккал)
Неделя 1						
День 2						
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	30	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	Вафли	25	0,96	7,4	14,1	125,7
Итого за завтрак		445	9,106	18,988	69,67	484,024
обед:	Свекольник со сметаной	200	2,26	5,38	10,9	98,6
	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	60	6,08	0,64	39,38	187,52
Итого за обед		620	20,886	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:		1345	36,303	43,914	195,93	1321,428

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»  
О.А.Карданова  
«5» декабря 2025 г



## Меню 10 декабря 2025 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	30	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	Конфеты «Тортимилка»	40	1,4	6,8	24	160
Итого за завтрак:		460	10,686	19,988	72,266	508,764
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	0,42	0	20,45	83
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед:		510	21	12,8	48,29	410,11
полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18	136,7
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	30	3,04	0,32	19,69	93,76
Итого за полдник		270	8,50	2,32	35,6	199,2
Итого за день:		280	9,336	12,138	31,076	271,464

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»  
О.А. Карданова  
«5» декабря 2025 г

**Меню**  
**11 декабря 2025 года**



Прием пищи	Наименование  блюда	Вес  блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая  Ценность,  (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя 1						
День 4						
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	30	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		520	9,466	14,068	72,106	452,664
обед	Суп гороховый	150	2,62	2,3	10,33	72,38
	Жаркое по-домашнему из курицы	150	17,3	4,4	15,3	168,8
	Компот из свежих яблок	150	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	50	6,7	1,5	15	108
Итого за обед		500	27,016	8,218	65,61	450,88
Полдник	Ватрушка с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого за полдник		250	8,50	2,32	35,6	199,2
Итого за день:		1270	125,03	24,66	173,316	1102,75

О.А.Карданова  
«5» декабря 202

**Меню**  
**12 декабря 2025 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 гречневая	200	8,03	4,27	26,4	176,2
	Чай с лимоном	180	0,126	0,018	10,206	41,004
	Хлеб	30	3,04	0,32	19,69	93,76
	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	вафли	25	0,96	7,4	14,1	125,7
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>445</b>	<b>12,236</b>	<b>13,068</b>	<b>70,526</b>	<b>502,664</b>
обед:	Суп картофельный с вермишелью	200	2,16	2,26	13,72	83,8
	Тефтеля мясная	70	4,7	5,271	6,0	90,5
	Г/р капуста тушеная	100	34,23	5,52	69,58	464,8
	Компот из свежих яблок	180	0,396	0,018	24,98	101,7
	Хлеб	60	6,08	0,64	39,38	187,52
<b>Итого за обед:</b>		<b>610</b>	<b>47,5</b>	<b>13,709</b>	<b>153,66</b>	<b>928,32</b>
полдник:	Булочка ванильная	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	180	0,126	0,018	10,206	41,004
<b>Итого за полдник:</b>		<b>240</b>	<b>3,926</b>	<b>4,318</b>	<b>34,606</b>	<b>203,004</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1295</b>	<b>6,662</b>	<b>31,095</b>	<b>258,8</b>	<b>1634</b>