

Меню 9 марта 2026 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 2</i>						
День 1						
завтрак:	Каша молочная пшеничная	150	4,54	5,79	24,2	167,07
	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
Итого за завтрак:		440	9,52	14,44	57,13	394,35
обед:	Суп гороховый	150	3,8	4,12	11,859	104,36
	Котлета куриная	60	12,6	18,9	11,2	220
	Гарнир макароны отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,3
	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	27,176	27,548	80,6959	646,36
полдник:	Булочка домашняя	60	4,74	4,872	32,68	193,2
	Чай	150	0	0	12	40,88
Итого за полдник:		210	4,74	4,872	44,68	234,08
Итого за день:		1160	41,436	46,86	182,5	1274,79

Меню

10 марта 2026 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 2</i>						
День 3						
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	10	0,08	7,25	0,13	66
2 завтрак	Конфеты «Тортимилка»	40	1,4	6,8	24	160
<i>Итого за завтрак:</i>		380	9,16	22,25	66,49	485,88
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
	полдник:	Омлет	60	6,17	11,8	1,18
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>		1130	70,86	147,86	163,9	1251

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «6» марта 2026 г

Меню

11 марта 2026 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 2</i>						
День 4						
завтрак:	Суп молочный пшениный	150	4,15	4,45	22,3	154
	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	9,13	13,1	55,23	381,28
обед:	Борщ со сметаной	150	1,23	3,46	8,14	72,8
	Плов с курицей	150	18,3	20,25	33,15	391,5
	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>		500	26,6	25,2	81,27	674
полдник	Пирожок с творогом	70	8,38	2,31	26,39	158
	Чай	150	0	0	12	40,88
<i>Итого за полдник</i>		220	8,38	2,31	38,39	199
<i>Итого за день:</i>		<i>1160</i>	<i>44,11</i>	<i>40,61</i>	<i>174,89</i>	<i>1254,28</i>

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ «Детский сад №51»
 О.А.Карданова
 «6» марта 2026 г

Меню
12 марта 2026 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Неделя 2</i>						
День 5						
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	вафли	25	0,96	7,4	14,1	125,7
<i>Итого за завтрак:</i>		<i>365</i>	<i>8,75</i>	<i>23,15</i>	<i>58,32</i>	<i>457,58</i>
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
<i>Итого за обед:</i>		<i>430</i>	<i>15,996</i>	<i>13,168</i>	<i>89,46</i>	<i>451,31</i>
полдник:	Суп молочный вермишелевый	150	3,29	6,9	13,7	144,25
	Чай	150	0	0	12	40,88
	Хлеб	30	4,5	1	11	76
<i>Итого за полдник:</i>		<i>330</i>	<i>7,68</i>	<i>8,2</i>	<i>42,36</i>	<i>259,88</i>
<i>Итого за день:</i>		<i>1125</i>	<i>56,6</i>	<i>44,52</i>	<i>190,14</i>	<i>1168,77</i>