

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

## Меню 23 марта 2026 года

| Прием пищи               | Наименование<br>блюда       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |               |                | Энергетическая<br>Ценность,<br>(ккал) |
|--------------------------|-----------------------------|--------------|----------------------|---------------|----------------|---------------------------------------|
|                          |                             |              | Б                    | Ж             | У              |                                       |
| <i>Неделя 2</i>          |                             |              |                      |               |                |                                       |
| <b>День 1</b>            |                             |              |                      |               |                |                                       |
| завтрак:                 | Каша молочная<br>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                                 |
| <b>Итого за завтрак:</b> |                             | <b>440</b>   | <b>9,52</b>          | <b>14,44</b>  | <b>57,13</b>   | <b>394,35</b>                         |
| обед:                    | Суп гороховый               | 150          | 3,8                  | 4,12          | 11,859         | 104,36                                |
|                          | Котлета куриная             | 60           | 12,6                 | 18,9          | 11,2           | 220                                   |
|                          | Гарнир макароны<br>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                                   |
| <b>Итого за обед:</b>    |                             | <b>510</b>   | <b>27,176</b>        | <b>27,548</b> | <b>80,6959</b> | <b>646,36</b>                         |
| полдник:                 | Булочка домашняя            | 60           | 4,74                 | 4,872         | 32,68          | 193,2                                 |
|                          | Чай                         | 150          | 0                    | 0             | 12             | 40,88                                 |
| <b>Итого за полдник:</b> |                             | <b>210</b>   | <b>4,74</b>          | <b>4,872</b>  | <b>44,68</b>   | <b>234,08</b>                         |
| <b>Итого за день:</b>    |                             | <b>1160</b>  | <b>41,436</b>        | <b>46,86</b>  | <b>182,5</b>   | <b>1274,79</b>                        |

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



**Меню**  
**24 марта 2026 года**

| Прием пищи              | Наименование<br>блюда            | Вес<br>блюда | Пищевые вещества<br>(г) |              |               | Энергетическая<br>Ценность,<br>(ккал) |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|-------------------------|--------------|---------------|---------------------------------------|
|                         |                                  |              | Б                       | Ж            | У             |                                       |
| <i>Неделя 2</i>         |                                  |              |                         |              |               |                                       |
| <b>День 2</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               | Вафли                            | 25           | 0,96                    | 7,4          | 14,1          | 125,7                                 |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                  | <b>365</b>   | <b>10,01</b>            | <b>19,62</b> | <b>58,42</b>  | <b>460,92</b>                         |
| обед:                   | Суп картофельный с вермешелью    | 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 гречневый           | 150          | 5,97                    | 5,48         | 17,08         | 141,6                                 |
|                         | Чай                              | 150          | 0                       | 0            | 12            | 40,88                                 |
|                         | Хлеб                             | 30           | 4,5                     | 1            | 11            | 76                                    |
| <b>Итого полдник</b>    |                                  | <b>330</b>   | <b>10,47</b>            | <b>6,48</b>  | <b>40,08</b>  | <b>258,48</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  
 «19» марта 2026 г



## Меню

### 25 марта 2026 года

| Прием пищи               | Наименование<br>блюда  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |               |              | Энергетическая<br>Ценность, ккал<br>(ккал) |
|--------------------------|------------------------|--------------|----------------------|---------------|--------------|--|
|                          |                        |              | Б                    | Ж             | У            |  |
| <i>Неделя 2</i>          |                        |              |                      |               |              |  |
| <b>День 3</b>            |                        |              |                      |               |              |  |
| 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  |
| <b>Итого за завтрак:</b> |                        | <b>380</b>   | <b>9,16</b>          | <b>22,25</b>  | <b>66,49</b> | <b>485,88</b>                              |
| 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         | 136,7                                      |
|                          | Чай                    | 150          | 0                    | 0             | 12           | 40,88                                      |
|                          | Хлеб                   | 30           | 4,5                  | 1             | 11           | 76   |
| <b>Итого за полдник:</b> |                        | <b>240</b>   | <b>10,67</b>         | <b>12,8</b>   | <b>24,18</b> | <b>253,18</b>                              |
| <b>Итого за день:</b>    |                        | <b>1130</b>  | <b>70,86</b>         | <b>147,86</b> | <b>163,9</b> | <b>1251</b>                                |

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

**Меню**  
**26 марта 2026 года**



| Прием пищи              | Наименование<br>блюда  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>Ценность,<br>(ккал) |
|-------------------------|------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|---------------------------------------|
|                         |                        |              | Б                    | Ж            | У             |                                       |
| <i>Неделя 2</i>         |                        |              |                      |              |               |                                       |
| <b>День 4</b>           |                        |              |                      |              |               |                                       |
| завтрак:                | Суп молочный пшеничный | 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  
 «19» марта 2026 г

**Меню**  
**27 марта 2026 года**

| Прием пищи               | Наименование<br>блюда      | Вес<br>блюда | Пищевые вещества<br>(г) |               |               | Энергетическая<br>Ценность, ккал |
|--------------------------|----------------------------|--------------|-------------------------|---------------|---------------|----------------------------------|
|                          |                            |              | Б                       | Ж             | У             |                                  |
| <b>Неделя 2</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                | вафли                      | 25           | 0,96                    | 7,4           | 14,1          | 125,7                            |
| <b>Итого за завтрак:</b> |                            | <b>365</b>   | <b>8,75</b>             | <b>23,15</b>  | <b>58,32</b>  | <b>457,58</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 вермишелевый  | 150          | 3,29                    | 6,9           | 13,7          | 144,25                           |
|                          | 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>1125</b>  | <b>56,6</b>             | <b>44,52</b>  | <b>190,14</b> | <b>1168,77</b>                   |