



МЕНЮ

01.11.2023 среда

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	229	4,90	6,32	38,30	0,32	0,07	0,11	74,39	1,24	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Каша рисовая молочная										150
Второй завтрак	48	1,62	0,28	9,71	0,01	0,04	0,02	8,18	0,93	
Хлеб с повидлом										35
Обед	406	18,09	9,44	62,51	79,56	0,33	0,19	87,61	5,68	
Хлеб пшеничный										50
Компот из свежих яблок										150
Курица, тушенная с овощами										180
Суп с крупой "Уральский"										150
Полдник	226	11,48	10,16	22,22	0,69	0,05	0,25	174,56	0,50	
Сырники творожные со сметаной										50/5
Какао с молоком										110
Итого за день:	909	36,09	26,20	132,74	80,58	0,49	0,57	344,74	8,35	



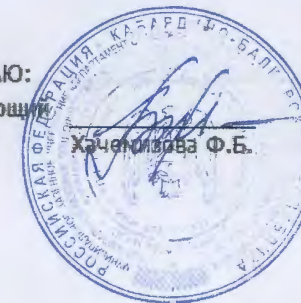
МЕНЮ

01.11.2023 среда

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	325	8,14	7,85	55,58	0,37	0,18	0,16	99,42	2,93	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Масло (порциями)										8
Каша рисовая молочная										200
Второй завтрак	48	1,62	0,28	9,71	0,01	0,04	0,02	8,18	0,93	
Хлеб с повидлом										35
Обед	490	24,24	11,19	73,11	80,89	0,40	0,23	101,23	7,07	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Курица тушенная с овощами										200
Суп с крупой "Уральский"										200
Полдник	247	16,42	12,27	17,74	1,07	0,07	0,32	198,56	0,80	
Какао с молоком										150
Сырники творожные со сметаной										80/5
Итого за день:	1 110	50,42	31,59	156,14	82,34	0,69	0,73	407,40	11,72	



МЕНЮ

02.11.2023 четверг

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	277	7,05	9,06	41,90	0,43	0,13	0,15	94,26	2,19	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшеничная вязкая молочная										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	628	21,16	21,14	88,41	75,60	0,30	0,17	102,64	6,74	
Биточки рыбные с томатным соусом										120
Хлеб пшеничный										70
Борщ со свежей капустой										200
Компот из свежих яблок										150
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	199	3,57	5,98	32,89	0,82	0,04	0,03	17,72	0,52	
Чай с лимоном										150
Булочка домашняя										60
Итого за день:	1 194	32,58	36,88	183,23	76,85	0,48	0,35	217,12	9,45	



МЕНЮ

03.11.2023 пятница

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	245	5,40	8,15	37,66	1,04	0,09	0,11	84,39	1,40	
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										20
Каша ячневая вязкая молочная										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	401	16,29	11,82	57,54	70,41	0,28	0,16	72,47	5,64	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский"										150
Тефтели мясные со сметанной подливой										120
Полдник	207	8,07	5,10	32,22	0,52	0,18	0,17	132,70	2,75	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с макаронными изделиями										150
Итого за день:	877	29,99	25,28	132,77	111,57	0,56	0,45	298,00	10,94	



МЕНЮ

03.11.2023 пятница

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	265	6,17	9,01	39,91	1,19	0,11	0,14	115,80	1,46	
Чай с лимоном										150
Каша ячневая вязкая молочная										200
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	485	18,54	16,51	65,63	71,90	0,32	0,20	90,02	6,00	
Хлеб пшеничный										70
Тефтели мясные со сметанной подливой										160
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский"										200
Полдник	240	9,50	6,27	36,47	0,73	0,20	0,23	175,61	2,83	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с макаронными изделиями										200
Итого за день:	1 014	34,44	32,00	147,36	113,42	0,64	0,58	389,87	11,44	



МЕНЮ

07.11.2023 вторник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	243	5,90	7,71	37,63	0,37	0,13	0,13	91,85	1,58	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	67	1,65	3,71	6,78		0,04	0,03	8,36	0,87	
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Обед	439	17,84	13,45	61,65	93,64	0,32	0,24	117,36	6,50	
Свекольник										150
Хлеб пшеничный										70
Голубцы ленивые с соусом сметанным										120/30
Компот из свежих яблок										150
Полдник	225	8,34	7,40	31,42	0,52	0,20	0,19	133,28	3,29	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с гречневой крупой										155
Итого за день:	974	33,73	32,27	137,48	94,53	0,69	0,59	350,84	12,24	



МЕНЮ

07.11.2023 вторник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	258	6,49	8,08	39,87	0,43	0,14	0,13	103,12	1,66	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	539	22,27	17,78	72,61	102,93	0,37	0,29	138,88	7,17	
Свекольник										200
Хлеб пшеничный										70
Голубцы ленивые с соусом сметанным										160/30
Компот из свежих яблок										150
Полдник	248	9,34	8,08	34,54	0,62	0,23	0,23	155,10	3,53	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с гречневой крупой										200/5
Итого за день:	1 135	40,69	37,85	158,17	103,98	0,82	0,69	410,79	13,86	

Утверждаю
Хачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

08.11.2023 среда

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	261	6,38	8,58	39,70	0,32	0,14	0,13	78,47	2,43	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша пшеничная вязкая молочная										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	447	13,87	13,51	67,28	90,33	0,32	0,19	79,92	5,19	
Хлеб пшеничный										50
Пюре картофельное										100
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой (рисовой) со сметаной										150
Котлеты рыбные										60
Полдник	244	4,76	4,22	46,58	0,88	0,06	0,03	16,24	1,52	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 042	25,81	27,01	173,59	91,53	0,53	0,35	177,14	9,15	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Качелова Ф.Б.

МЕНЮ

08.11.2023 среда

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	300	7,99	9,26	46,27	0,43	0,17	0,16	99,59	2,82	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша пшеничная вязкая молочная										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	549	17,93	17,35	80,55	88,36	0,36	0,23	89,18	6,23	
Котлеты рыбные										80
Пюре картофельное										100
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой (рисовой) со сметаной										200
Полдник	244	4,76	4,22	46,58	0,88	0,06	0,03	16,24	1,52	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 183	31,48	31,53	193,43	89,67	0,60	0,42	207,51	10,58	

МЕНЮ

09.11.2023 четверг

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	271	7,37	5,22	48,53	0,32	0,13	0,11	86,72	1,97	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										150
Второй завтрак	67	1,65	3,71	6,78		0,04	0,03	8,36	0,87	
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Обед	444	17,77	14,46	60,68	70,56	0,31	0,17	61,40	5,33	
Хлеб пшеничный										50
Суп крестьянский										150/5
Шницель мясной										50
Компот из свежих яблок										150
Каша пшенная вязкая (гарнир)										120
Полдник	207	8,07	5,10	32,22	0,52	0,18	0,17	132,70	2,75	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с макаронными изделиями										150
Итого за день:	989	34,86	28,49	148,21	71,40	0,66	0,48	289,18	10,93	



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий

Хвемизова Ф.Б.

МЕНЮ

09.11.2023 четверг

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	260	7,33	5,75	44,56	1,28	0,13	0,13	108,35	2,63	
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										30
Каша манная молочная/сладкая										200
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	592	23,09	20,00	79,86	72,18	0,44	0,25	80,77	7,40	
Хлеб пшеничный										70
Суп крестьянский										200
Шницель мясной										70
Компот из свежих яблок										150
Каша пшенная вязкая (гарнир)										150
Полдник	279	11,20	6,59	43,87	0,73	0,25	0,25	184,21	3,83	
Суп молочный с макаронными изделиями										200
Хлеб пшеничный										70
Итого за день:	1 221	44,21	36,25	179,44	74,19	0,90	0,67	387,02	15,36	



УТВЕРЖАЮ:
Заведующий

Хачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

10.11.2023 пятница

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	296	6,83	8,93	47,10	0,32	0,14	0,13	83,09	2,15	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	495	20,19	11,20	78,49	69,69	0,51	0,26	84,53	8,82	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										150
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										120
Полдник	189	4,15	4,48	32,86	0,96	0,05	0,03	35,77	1,25	
Чай с лимоном										150
Оладьи										60
Итого за день:	1 063	33,99	28,76	167,04	70,97	0,72	0,44	213,60	12,96	



МЕНЮ

10.11.2023 пятница

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	367	9,10	9,87	60,51	0,43	0,20	0,15	107,29	2,48	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	566	24,08	12,66	89,20	70,83	0,60	0,31	102,83	10,07	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										200
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										150
Полдник	304	8,06	5,38	55,63	1,07	0,10	0,07	62,46	1,63	
Чай с лимоном										150
Оладьи										120
Итого за день:	1 320	44,06	32,06	213,93	72,33	0,92	0,55	282,79	14,91	



МЕНЮ

13.11.2023 понедельник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	220	7,30	8,59	28,36	0,32	0,20	0,14	98,27	2,70	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	535	21,79	18,24	70,72	120,52	0,42	0,30	138,15	8,42	
Хлеб пшеничный										90
Свекольник										150
Котлета мясная										60
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										120
Полдник	231	8,06	6,23	35,48	1,04	0,05	0,06	164,09	1,44	
Чай с лимоном										150
Макароны, запеченные с сыром										120
Итого за день:	1 069	39,97	37,21	143,15	121,88	0,69	0,52	410,72	13,29	



МЕНЮ

13.11.2023 понедельник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	234	7,94	10,86	26,11	0,43	0,21	0,16	119,92	2,41	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										200
Хлеб пшеничный										20
Чай с сахаром										160
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	661	27,05	24,57	82,85	151,57	0,49	0,37	180,04	9,53	
Свекольник										200
Хлеб пшеничный										90
Котлета мясная										80
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										150
Полдник	295	10,33	8,66	43,74	1,08	0,07	0,07	203,54	1,62	
Чай с лимоном										150
Макароны, запеченные с сыром										150
Итого за день:	1 273	48,14	48,24	161,29	153,08	0,79	0,62	513,72	14,29	



Качемизова Ф.Б.

МЕНЮ

14.11.2023 вторник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	230	6,89	14,68	17,72	0,09	0,07	0,19	52,26	1,92	
Масло (порциями)										5
Омлет натуральный										65
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	573	23,63	13,96	87,98	71,15	0,40	0,23	87,25	7,42	
Хлеб пшеничный										90
Рассольник										150
Компот из свежих яблок										150
Макаронник с мясом										120
Полдник	310	9,07	5,54	55,93	0,32	0,19	0,13	95,32	2,97	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										150
Итого за день:	1 137	39,82	34,39	166,98	111,16	0,67	0,56	243,28	13,46	



Хасмизова Ф.Б.

МЕНЮ

14.11.2023 вторник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	263	8,02	15,76	22,40	0,13	0,11	0,21	65,15	2,55	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Омлет натуральный										85
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	640	26,62	17,42	94,14	72,83	0,38	0,26	88,83	7,03	
Рассольник										200
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Макаронник с мясом										160
Полдник	297	8,83	6,03	51,86	0,43	0,19	0,15	111,80	2,89	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										200
Итого за день:	1 224	43,70	39,42	173,75	112,99	0,69	0,63	274,22	13,62	



Хасмизова Ф.Б.

МЕНЮ

15.11.2023 среда

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	229	4,90	6,32	38,30	0,32	0,07	0,11	74,39	1,24	
Масло (порциями)										5
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша рисовая молочная										150
Второй завтрак	48	1,62	0,28	9,71	0,01	0,04	0,02	8,18	0,93	
Хлеб с повидлом										35
Обед	481	18,02	17,40	63,12	90,50	0,37	0,26	86,87	6,07	
Хлеб пшеничный										50
Котлета мясная										60
Пюре картофельное										100
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Полдник	186	9,14	7,59	20,26	0,28	0,03	0,15	88,20	0,41	
Чай с сахаром										150
Сырники творожные со сметаной										50/5
Итого за день:	944	33,68	31,59	131,39	91,11	0,51	0,54	257,65	8,65	



МЕНЮ

15.11.2023 среда

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	325	8,14	7,85	55,58	0,37	0,18	0,16	99,42	2,93	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Масло (порциями)										8
Каша рисовая молочная										200
Второй завтрак	48	1,62	0,28	9,71	0,01	0,04	0,02	8,18	0,93	
Хлеб с повидлом										35
Обед	609	23,63	22,39	78,34	95,97	0,49	0,34	109,16	7,75	
Котлета мясная										80
Пюре картофельное										120
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Полдник	226	14,56	10,33	18,62	0,43	0,05	0,23	138,04	0,56	
Чай с сахаром										150
Сырники творожные со сметаной										80/5
Итого за день:	1 208	47,95	40,85	162,25	96,78	0,76	0,75	354,81	12,17	



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий

Хайемизова Ф.Б.

МЕНЮ

16.11.2023 четверг

Категория: Дети от 1 до 3 лет
Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	238	5,44	8,38	35,33	0,32	0,10	0,12	73,14	1,80	
Масло (порциями)										5
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшеничная вязкая молочная										150
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	526	17,01	17,87	74,26	56,91	0,25	0,12	77,96	5,21	
Хлеб пшеничный										50
Борщ со свежей капустой										150/5
Компот из свежих яблок										150
Биточки рыбные с томатным соусом										60/30
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	237	4,27	9,77	32,86	0,96	0,06	0,03	36,01	1,28	
Чай с лимоном										150
Оладьи										60
Итого за день:	1 091	27,52	36,72	162,48	58,19	0,42	0,27	189,61	8,29	



МЕНЮ

16.11.2023 четверг

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	277	7,05	9,06	41,90	0,43	0,13	0,15	94,26	2,19	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшеничная вязкая молочная										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	651	21,83	22,84	89,90	60,83	0,32	0,18	103,31	6,66	
Биточки рыбные с томатным соусом										80/30
Хлеб пшеничный										70
Борщ со свежей капустой										200/5
Компот из свежих яблок										150
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	352	8,18	10,68	55,63	1,07	0,11	0,07	62,69	1,66	
Чай с лимоном										150
Оладьи										120
Итого за день:	1 370	37,86	43,28	207,46	62,33	0,57	0,40	262,76	10,52	

МЕНЮ

17.11.2023 пятница

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	247	5,58	8,19	37,70	1,13	0,09	0,11	88,85	2,13	
Масло (порциями)										5
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										20
Каша ячневая вязкая молочная										150
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	396	16,25	11,78	56,56	53,91	0,28	0,16	70,87	5,42	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Тефтели мясные со сметанной подливой										60/60
Полдник	207	8,07	5,10	32,22	0,52	0,18	0,17	132,70	2,75	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с макаронными изделиями										150
Итого за день:	874	30,13	25,28	131,83	95,16	0,56	0,45	300,86	11,45	



МЕНЮ

17.11.2023 пятница

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	267	6,35	9,05	39,95	1,28	0,11	0,14	120,25	2,20	
Чай с лимоном										150
Каша ячневая вязкая молочная										200
Хлеб пшеничный										20
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	24	0,23	0,21	5,35	39,60	0,01	0,01	8,45	1,15	
Яблоки										100
Обед	480	18,50	16,47	64,65	55,40	0,32	0,20	88,42	5,78	
Хлеб пшеничный										70
Тефтели мясные со сметанной подливой										80/80
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Полдник	240	9,50	6,27	36,47	0,73	0,20	0,23	175,61	2,83	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с макаронными изделиями										200
Итого за день:	1 011	34,58	32,00	146,42	97,01	0,64	0,58	392,72	11,96	



МЕНЮ

20.11.2023 понедельник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	220	7,30	8,59	28,36	0,32	0,20	0,14	98,27	2,70	
Масло (порциями)										5
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Второй завтрак	74	4,30	2,97	7,40	0,28	0,05	0,05	113,60	1,00	
Бутерброды с сыром										20/10
Обед	487	21,78	12,21	72,70	54,02	0,39	0,16	83,56	6,58	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Котлета мясная (курица) с сметанным соусом										90
Каша пшенная вязкая (гарнир)										120
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Полдник	194	4,82	6,93	28,14	0,68	0,05	0,11	72,56	0,62	
Булочка домашняя										50
Какао с молоком										150
Итого за день:	975	38,20	30,69	136,60	55,30	0,69	0,46	367,99	10,90	



МЕНЮ

20.11.2023 понедельник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	259	9,08	11,11	30,58	1,28	0,25	0,17	130,51	3,80	
Чай с лимоном										150
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										200
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	74	4,30	2,97	7,40	0,28	0,05	0,05	113,60	1,00	
Бутерброды с сыром										20/10
Обед	598	27,95	16,74	83,95	63,23	0,48	0,22	96,54	7,60	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Котлета мясная (курица) с сметанным соусом										110
Каша пшеничная вязкая (гарнир)										150
Суп картофельный с крупой рисовой										200
Полдник	194	4,82	6,93	28,14	0,68	0,05	0,11	72,56	0,62	
Булочка домашняя										50
Какао с молоком										150
Итого за день:	1 125	46,15	37,75	150,07	65,47	0,83	0,55	413,21	13,02	



МЕНЮ

21.11.2023 вторник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	227	6,45	4,65	39,82	0,43	0,14	0,12	102,33	1,65	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшенная с молоком										200
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	560	23,41	19,50	72,88	113,14	0,40	0,33	147,38	7,22	
Свекольник										200
Хлеб пшеничный										70
Голубцы ленивые с соусом сметанным										160/30
Компот из свежих яблок										150
Полдник	248	9,34	8,08	34,54	0,62	0,23	0,23	155,10	3,53	
Хлеб пшеничный										50
Суп молочный с гречневой крупой										200/5
Итого за день:	1 125	41,79	36,14	158,39	114,19	0,85	0,72	418,50	13,91	



Хачатурянц Ф.Б.

МЕНЮ

22.11.2023 среда

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	261	6,38	8,58	39,70	0,32	0,14	0,13	78,47	2,43	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша пшеничная вязкая молочная										150
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	442	13,86	13,48	66,34	74,23	0,32	0,19	80,29	4,99	
Хлеб пшеничный										50
Пюре картофельное										100
Компот из свежих яблок										150
Суп картофельный с крупой рисовой										150
Котлеты рыбные										60
Полдник	244	4,76	4,22	46,58	0,88	0,06	0,03	16,24	1,52	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										50
Итого за день:	1 037	25,80	26,98	172,65	75,43	0,53	0,35	177,50	8,94	



Ф.Б. Чемизова

МЕНЮ

22.11.2023 среда

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	300	7,99	9,26	46,27	0,43	0,17	0,16	99,59	2,82	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша пшеничная вязкая молочная										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	567	18,36	18,11	82,95	79,25	0,41	0,26	98,90	6,36	
Котлеты рыбные										80
Пюре картофельное										120
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Суп с крупой (рисовой) со сметаной										200
Полдник	294	5,76	5,69	54,92	0,89	0,07	0,03	18,74	1,68	
Чай с лимоном										150
Булочка с повидлом										60
Итого за день:	1 251	32,91	33,76	204,17	80,57	0,66	0,45	219,73	10,87	



Хачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

23.11.2023 четверг

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	271	7,37	5,22	48,53	0,32	0,13	0,11	86,72	1,97	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										150
Второй завтрак	67	1,65	3,71	6,78		0,04	0,03	8,36	0,87	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										20
Обед	415	22,32	7,98	63,68	54,86	0,26	0,15	64,76	5,15	
Хлеб пшеничный										50
Суп крестьянский										150/5
Плов из птицы (филе)										120
Компот из свежих яблок										150
Полдник	153	8,54	4,80	18,86	0,96	0,02	0,11	83,30	1,13	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										60/5
Итого за день:	906	39,88	21,71	137,85	56,14	0,45	0,40	243,14	9,13	



МЕНЮ

23.11.2023 четверг

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	260	7,33	5,75	44,56	1,28	0,13	0,13	108,35	2,63	
Чай с лимоном										150
Хлеб пшеничный										30
Каша манная молочная/сладкая										200
Второй завтрак	90	2,59	3,91	11,15		0,08	0,04	13,69	1,50	
Хлеб пшеничный										30
Масло (порциями)										8
Обед	520	30,09	9,56	78,50	56,78	0,36	0,21	81,69	6,77	
Хлеб пшеничный										70
Суп крестьянский										200
Плов из птицы (филе)										160
Компот из свежих яблок										150
Полдник	227	14,12	8,27	23,89	1,03	0,04	0,18	134,02	1,31	
Чай с лимоном										150
Вареники ленивые										100/5
Итого за день:	1 097	54,13	27,49	158,10	59,09	0,61	0,56	337,75	12,21	



МЕНЮ

24.11.2023 пятница

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	296	6,83	8,93	47,10	0,32	0,14	0,13	83,09	2,15	
Масло (порциями)										5
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										150
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	490	20,15	11,16	77,51	53,19	0,51	0,26	82,93	8,60	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										150
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										120
Полдник	151	4,04	4,35	23,80	1,38	0,04	0,12	117,05	1,10	
Чай с лимоном										150
Суп молочный с макаронными изделиями										150
Итого за день:	1 020	33,84	28,59	157,00	54,89	0,71	0,53	293,27	12,59	



МЕНЮ

24.11.2023 пятница

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	367	9,10	9,87	60,51	0,43	0,20	0,15	107,29	2,48	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Каша "Ассорти"										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	561	24,04	12,62	88,22	54,33	0,60	0,31	101,23	9,85	
Хлеб пшеничный										70
Суп картофельный с горохом										200
Компот из свежих яблок										150
Гречка по купечески										150
Поддник	174	4,95	4,96	27,20	1,48	0,06	0,15	138,84	1,17	
Чай с лимоном										150
Суп молочный с макаронными изделиями										200
Итого за день:	1 185	40,91	31,60	184,52	56,24	0,88	0,63	357,57	14,23	



МЕНЮ

27.11.2023 понедельник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Ca	Fe	Вес (г)
Завтрак	197	6,36	8,39	23,99	0,32	0,16	0,13	92,94	2,07	
Масло (порциями)										5
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										150
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	532	21,88	18,32	69,75	104,02	0,42	0,30	137,09	8,22	
Хлеб пшеничный										90
Свекольник										150
Котлета мясная										60
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										120
Полдник	231	8,06	6,23	35,48	1,04	0,05	0,06	164,09	1,44	
Чай с лимоном										150
Макароны, запеченные с сыром										120
Итого за день:	1 043	39,12	37,09	137,81	105,38	0,65	0,51	404,33	12,46	

МЕНЮ**27.11.2023 понедельник**

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	257	8,88	11,06	30,48	0,43	0,25	0,17	125,26	3,04	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке										200
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										160
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	83	2,82	4,15	8,59		0,02	0,02	10,21	0,73	
Печенье										40
Обед	656	27,01	24,53	81,87	135,07	0,49	0,37	178,44	9,31	
Свекольник										200
Хлеб пшеничный										90
Котлета мясная										80
Компот из свежих яблок										150
Капуста тушеная										150
Полдник	295	10,33	8,66	43,74	1,08	0,07	0,07	203,54	1,62	
Чай с лимоном										150
Макароны, запеченные с сыром										150
Итого за день:	1 291	49,04	48,40	164,68	136,58	0,83	0,63	517,45	14,70	



МЕНЮ

28.11.2023 вторник

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	174	2,12	10,63	17,47	0,09	0,05	0,05	32,92	1,05	
Масло (порциями)										5
Омлет натуральный										65
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01	-	2,50		
Вафли										25
Обед	568	23,59	13,92	87,00	54,65	0,40	0,23	85,65	7,20	
Хлеб пшеничный										90
Рассольник										150
Компот из свежих яблок										150
Макаронник с мясом										120
Полдник	310	9,07	5,54	55,93	0,32	0,19	0,13	95,32	2,97	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										150
Итого за день:	1 142	35,58	30,79	180,43	55,06	0,65	0,41	216,39	11,22	



МЕНЮ

28.11.2023 вторник

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	207	3,25	11,73	22,15	0,13	0,09	0,06	45,81	1,68	
Хлеб пшеничный										30
Чай с сахаром										150
Омлет натуральный										85
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	635	26,58	17,38	93,16	56,33	0,38	0,26	87,23	6,81	
Рассольник										200
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Макаронник с мясом										160
Полдник	297	8,83	6,03	51,86	0,43	0,19	0,15	111,80	2,89	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Каша манная молочная/сладкая										200
Итого за день:	1 229	39,46	35,84	187,20	56,89	0,67	0,47	247,35	11,38	



Хачимлова Ф.Б.

МЕНЮ

29.11.2023 среда

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	229	4,90	6,32	38,30	0,32	0,07	0,11	74,39	1,24	
Масло (порциями)										5
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша рисовая молочная										150
Второй завтрак	48	1,62	0,28	9,71	0,01	0,04	0,02	8,18	0,93	
Хлеб с повидлом										35
Обед	401	18,05	9,40	61,53	63,06	0,33	0,19	86,01	5,46	
Хлеб пшеничный										50
Компот из свежих яблок										150
Курица, тушенная с овощами										180
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										150/5
Полдник	162	8,02	6,25	18,49	0,10	0,02	0,11	65,12	0,36	
Чай с сахаром										150
Сырники творожные со сметаной										50
Итого за день:	840	32,59	22,25	128,03	63,49	0,46	0,43	233,69	8,00	



МЕНЮ

29.11.2023 среда

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	325	8,14	7,85	55,58	0,37	0,18	0,16	99,42	2,93	
Хлеб пшеничный										50
Чай с сахаром										150
Масло (порциями)										8
Каша рисовая молочная										200
Второй завтрак	48	1,62	0,28	9,71	0,01	0,04	0,02	8,18	0,93	
Хлеб с повидлом										35
Обед	485	24,20	11,15	72,13	64,39	0,40	0,23	99,63	6,85	
Хлеб пшеничный										70
Компот из свежих яблок										150
Курица тушенная с овощами										200
Суп с крупой "Уральский" со сметаной										200/5
Полдник	248	13,91	10,17	25,11	0,18	0,04	0,19	122,63	0,57	
Чай с сахаром										150
Сырники творожные со сметаной										80/5
Итого за день:	1 106	47,87	29,45	162,53	64,95	0,66	0,60	329,87	11,28	



Хачемизова Ф.Б.

МЕНЮ

30.11.2023 четверг

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	238	5,44	8,38	35,33	0,32	0,10	0,12	73,14	1,80	
Масло (порциями)										5
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшеничная вязкая молочная										150
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	526	17,01	17,87	74,26	56,91	0,25	0,12	77,96	5,21	
Хлеб пшеничный										50
Борщ со свежей капустой										150/5
Компот из свежих яблок										150
Биточки рыбные с томатным соусом										60/30
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	264	4,65	11,22	36,11	1,12	0,08	0,04	40,67	1,37	
Чай с лимоном										150
Оладьи										60
Итого за день:	1 118	27,90	38,17	165,73	58,35	0,44	0,28	194,27	8,38	



МЕНЮ

30.11.2023 четверг

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	В1	В2	Са	Fe	Вес (г)
Завтрак	277	7,05	9,06	41,90	0,43	0,13	0,15	94,26	2,19	
Чай с сахаром										150
Хлеб пшеничный										20
Каша пшеничная вязкая молочная										200
Масло (порциями)										8
Второй завтрак	90	0,80	0,70	20,03		0,01		2,50		
Вафли										25
Обед	651	21,83	22,84	89,90	60,83	0,32	0,18	103,31	6,66	
Биточки рыбные с томатным соусом										80/30
Хлеб пшеничный										70
Борщ со свежей капустой										200/5
Компот из свежих яблок										150
Каша перловая вязкая (гарнир)										100
Полдник	396	8,93	12,35	62,13	1,38	0,15	0,10	71,54	1,83	
Чай с лимоном										150
Оладьи										120
Итого за день:	1414	38,61	44,95	213,96	62,64	0,61	0,43	271,61	10,69	